

# 『事例から考える こころの健康づくり』 ～相談室での関わりを通じて～

◆講師：岩崎久志先生 流通科学大学人間社会学部長、教授

◆日時：2018年6月16日（土）14時～17時15分

◆場所：チサンマンション第7新大阪 1階貸会議室

大阪市淀川区西中島6-2-3（当会事務所があるビルの1階です）  
（地下鉄御堂筋線『西中島南方駅』、阪急京都線『南方駅』徒歩5分、JR『新大阪駅』徒歩10分）

※2単位申請中

## 【講師からのメッセージ】

近年、ワーク・ライフ・バランスという言葉をよく耳にするようになってきました。これは、まさに「仕事と生活の調和」を意味しますが、残念ながら、現実の社会では、多くの方が良好なワーク・ライフ・バランスを実現できてはいない状況にある、と言わざるを得ないようです。誰もがいきいきと働き、生活の質をより高めていくことができるように、雇用や職場環境の抱える課題が実効性をともなって改善されることが求められています。

それとともに、ストレスを避けられない現代社会にあっては、一人ひとりが意識して心の健康づくりに取り組んでいくことが重要となります。この研修では、産業心理臨床における事例を基に、主に企業内でのメンタルヘルス・ケアや組織との関わり方、勤労者自身のストレス対処の方法、さらにストレスとうまくつきあっていくことなどについて、皆さまといっしょに考えていきたいと思えます。

## ～講師プロフィール～

岩崎久志先生：現在、流通科学大学人間社会学部長、教授／社会福祉法人神戸いのちの電話研修委員／大阪府豊中市学校教育審議会委員／神戸市自殺対策協議会委員 他

【主な著作】『ストレスとともに働く 事例から考えるこころの健康づくり』（晃洋書房 2017）

『看護・チーム支援に活かすカウンセリング』（晃洋書房 2014） 他