

## 「メンタルヘルス対策、今求められる取組みとは」 ←

～行政が求めるもの、事業場がすべきこと、自身に必要なもの～ ←

### ◆講師：尼子尚造 先生 ←

(兵庫産業保健総合支援センター・メンタルヘルス対策促進員) ←

### ◆日時：2023年3月18日(土) 14:00～17:15 ←

### ◆開催方法：ZOOMによる開催 ←

\*申し込み受付者に、後日、ミーティングID、パスワードを送付します。単位が必要な方は、終了後簡単な受講報告の提出をお願いします。 ←

### ◆受講料：会員2,000円、一般3,000円 ←

### ◆単位：2単位申請中 ←

コロナ禍を契機に、当たり前だと思っていた生活スタイルは一変しました。今まで経験しなかった不安や焦りを感じている人も少なくないのではないのでしょうか？働き方についても、テレワーク導入や遠隔会議システムの普及等によりコミュニケーションの取り方も大きく変わってきています。 ←

また、労働安全衛生法が制定されて50年の間に法律、省令、告示の新設、改正は数えきれないくらい行われ、従来の産業ストレス対策の枠組みでは対応が困難な状況も生じつつあります。そんな中、相談員としていかにして従業員の健康増進と生産性の維持・向上を両立するかを今一度見つめ直す時期でもあるかと思ひ、今回の研修を企画いたしました。 ←

長年支援者として活動を続けておられる尼子尚造先生をお迎えし、働く人が心もからだも健康にいきいきと働ける職場づくりへの取組みについて一緒に考えてみたいと思います。 ←

### ～講師からのメッセージ～ ←

4年前には4つのケアを中心にお話しさせていただきましたが、今回は行政が求めるものを事業場がどのような工夫をしつつ取組んでいくか、又労働災害をどう予防していくか等をご一緒に考えていくと共に、ワークエンゲイジメントを達成するために役立つ幾つかのワークを楽しんでいただければと考えております。まずは「私が主役、笑顔が一番、元気に楽しく、ご安全に」の宣言からスタートしましょう。 ←

### ～講師プロフィール～ ←

◆学生時代に衛生管理者資格を取得、卒業後、関西カウンセリングセンターでカウンセリングを学ぶと共に日本産業カウンセラー協会に所属、電話相談活動の立ち上げにも参画、又メラン会(抑うつ友の会)関西会場主宰は活動50周年を迎えます。生業としてはメーカーで人事スタッフを経験後、大手カード会社を63歳で早期退職しプロ活動(B面活動をA面活動へ)を開始した。現在、フリーランス、EAP社、兵庫産業保健支援センター(メンタルヘルス対策促進員)等でカウンセラー、研修講師、コンサルタント活動を行っている、当会会員76歳。 ←