

【総務・人事労務、メンタルヘルスご担当者様限定】

メンタルヘルス基礎研修体験セミナー ～セルフケア&ラインケア～

厚生労働省の指針（2006）において、管理監督者を含む全ての労働者に対してメンタルヘルスに関する教育研修や情報提供を行うことは、重要なメンタルヘルス対策のひとつとされています。

今回のセミナーでは、当方のメンタルヘルス基礎研修のデモンストレーションを実施いたします。一般従業員向けのセルフケア研修では、ストレスや疾患などのメンタルヘルスに関する基礎知識やストレス対処法についてお伝えします。また、管理監督者向けのラインケア研修では、メンタルヘルス対策における管理監督者の役割、部下の不調の早期発見・早期対処のポイントについてお伝えします。

実際に研修を体験していただき、実施をご検討いただく際の参考にしていただければ幸いです。

◆日時： ※以下でご都合のよい回をお選びください。

- ① 2014年 1月 28日（火） 14：00～16：30（13：30より受付）
- ② 2014年 2月 25日（火） 14：00～16：30（13：30より受付）

◆プログラム：

13：30～	受付
14：00～15：00	『セルフケア研修』
15：00～15：30	休憩
15：30～16：30	『ラインケア研修』

※①、②各日程の内容は同じです。

※セルフケア研修のみ、ラインケア研修のみの参加も可能です。



◆講師：当センター 臨床心理士

◆対象：総務・人事労務ご担当者様、メンタルヘルスご担当者様（定員10名）

◆参加費：無料（ただし1事業所、2名までとさせていただきます）

◆場所：一般財団法人淳風会 メンタルサポートセンター（裏面の地図をご参照ください）

◆申込：各セミナー開催日の1週間前までに申し込み票（裏面）にご記入の上、FAXまたは郵送でお申し込みください。

FAX：086-221-8451

郵送先：〒700-0818 岡山市北区蕃山町9-17

一般財団法人淳風会 メンタルサポートセンター メンタルヘルス・セミナー係

※ お申込みを受け付けましたら参加票をFAXもしくは郵送いたします。当日は受付に参加票をお渡しく下さい。なお定員に達し次第、受け付けは終了いたします。

◆会場（淳風会メンタルサポートセンター）へのアクセス

- ・岡山市北区蕃山町 9-17 柳川診療所 6階
- ・会場の駐車場がご利用できますが、満車の場合もあることをご了承下さい。近くに城下地下駐車場、天神町駐車場、コインパーキング等があります。
- ・岡山駅から
 徒歩：JR岡山駅東口から桃太郎大通りを東へ約 15 分。
 路面電車：岡山駅から岡山電気軌道で約 2 分「柳川」下車、徒歩 3 分



◆お問合せ先：

担当：奥村（おくむら）
 電話：（086）221-8450

申し込みFAX：086-221-8451

メンタルヘルス基礎研修体験セミナー 申し込み票			
ご希望日	<input type="checkbox"/> ① 2014年1月28日（火） <input type="checkbox"/> 両方 <input type="checkbox"/> セルフケアのみ <input type="checkbox"/> ラインケアのみ <input type="checkbox"/> ② 2014年2月25日（火） <input type="checkbox"/> 両方 <input type="checkbox"/> セルフケアのみ <input type="checkbox"/> ラインケアのみ		
ご所属 ご勤務先			
ご担当者	参加票を送付しますので、部署・役職等もご記入下さい。	参加 人数	名
参加者の お名前			
ご連絡先 (参加票等 の送付先)	〒 _____ 電話 - - FAX - -		
通信欄			

※ご記入いただいた個人に関する情報は、本セミナーの的確な実施のために使用するほか、今後のセミナーやサービス等のご案内に使用することがありますので、予めご了承ください。また同業の方、個人の方、その他当方の判断によりご参加をご遠慮いただく場合がありますのでご了承ください。