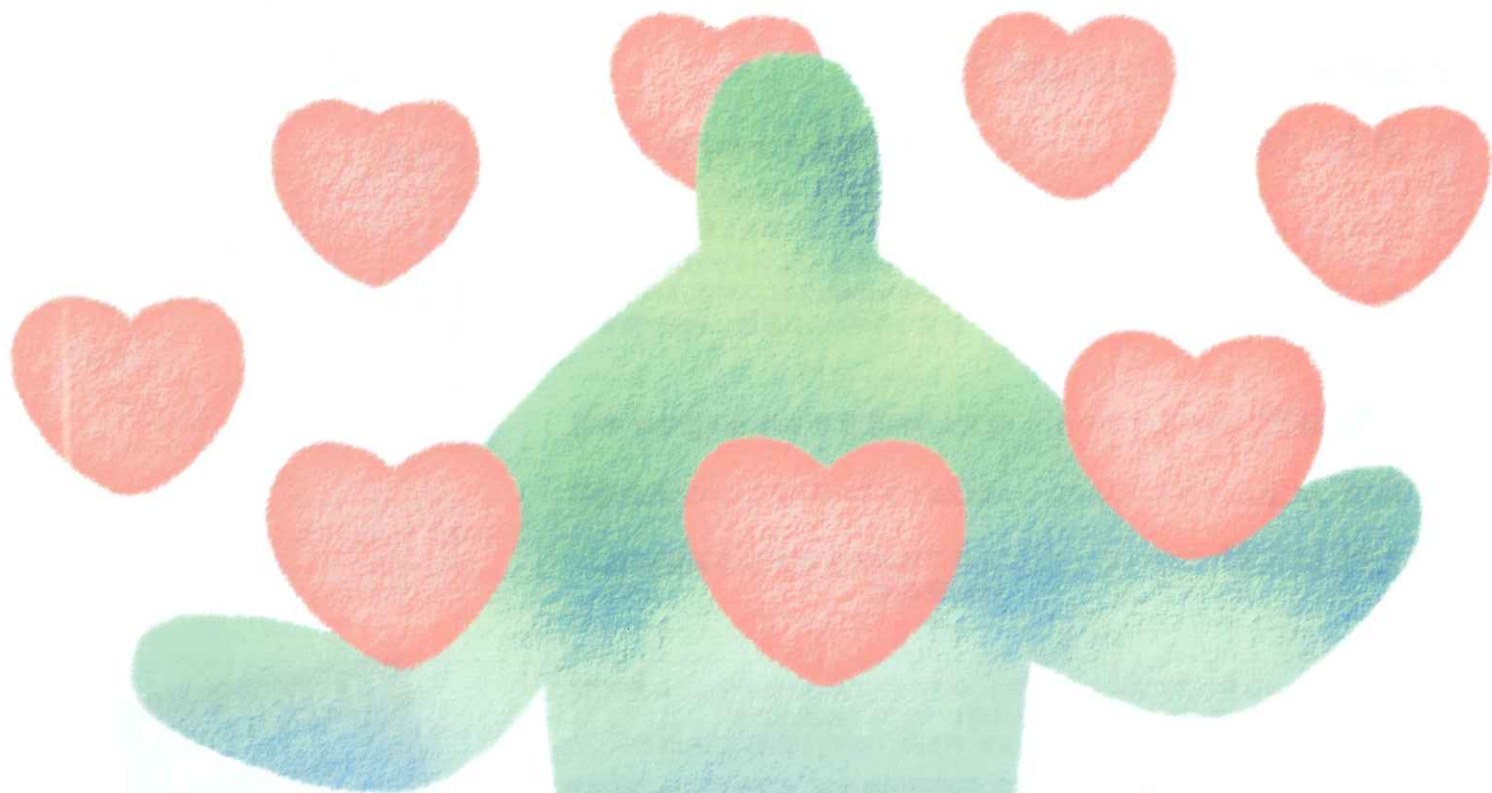


平成22年度

心の健康づくり シンポジウム

入場
無料



シンポジウム 「今こそ、“攻め”のメンタルヘルス対策」 ～ストレス耐性からのアプローチ～

基調講演: 夏目 誠 (大阪樟蔭女子大学大学院 教授)

シンポジスト: 中尾 陸宏 (帝京大学医学部衛生学公衆衛生学 教授)

森田 汐生 (NPO法人アサーティブ ジャパン 代表理事)

土肥 誠太郎 (三井化学株式会社 本社健康管理室長統括産業医)

開催日 平成23年1月14日 (金)

時間 13:00~17:00

会場 東京国際フォーラム ホールB7

〒100-0005 東京都千代田区丸の内3-5-1

※会場への詳しいアクセスは、東京国際フォーラムのウェブサイトからも、ご覧いただけます。

シンポジウムのねらい・内容

事業場におけるメンタルヘルス対策は、一次予防（未然防止）を基本に、より積極的な“攻め”の対応が求められています。そのためには、働きやすい職場環境づくりとともに、一人ひとりのストレス耐性の強化が重要です。最近のメンタルヘルス不調者（特に若い世代）のもつ特徴のひとつとして、「ストレス耐性」の低さがとりあげられ、懸念されています。

本シンポジウムでは、「ストレス耐性を高めること」をキーワードに、基調講演ではメンタルヘルスに関してご造詣が深い大阪樟蔭女子大学の夏目誠先生からその重要性についてご講演いただきます。その後シンポジウム形式で、ストレス耐性を高めるための手法として、「リラクゼーション」「認知の歪みへの気づきと修正」「コミュニケーション」「事業場での事例」を柱に、専門的な立場からそれぞれご発言いただき、フロアを交えての意見交換により対応への手がかりになる情報を提供します。

基調講演・シンポジスト紹介

夏目 誠 (なつめ まこと) 大阪樟蔭女子大学大学院 教授

プロフィール/奈良県立医科大学卒業。同大学助手を務めた後、大阪府立公衆衛生研究所精神衛生部勤務。精神衛生部長心得、こころの健康総合センター部長を経て、現在、大阪樟蔭女子大学心理学科、および大学院教授。精神科医。産業ストレス学会理事長、厚生労働省や人事院の検討会委員を務める。専攻は産業精神保健、ストレス科学。いかにメンタルヘルスを根付かせ、発展させるかについて現場の見地から実際の活動や講演等を行っている。

中尾 睦宏 (なかお むつひろ) 帝京大学医学部衛生学公衆衛生学 教授

森田 汐生 (もりた しおむ) NPO法人アサーティブ ジャパン 代表理事

土肥 誠太郎 (どひ せいたろう) 三井化学株式会社 本社健康管理室長 統括産業医

基調講演 講師

シンポジスト

交通機関



JR

- 有楽町駅より徒歩1分
- 東京駅より徒歩5分
(京葉線東京駅とB1F地下コンコースにて連絡)

地下鉄

- 有楽町線：
有楽町駅とB1F地下コンコースにて連絡
- 日比谷線：銀座駅より徒歩5分
日比谷駅より徒歩5分
- 千代田線：二重橋前駅より徒歩5分
日比谷駅より徒歩7分
- 丸ノ内線：銀座駅より徒歩5分
- 銀座線：銀座駅より徒歩7分
- 三田線：日比谷駅より徒歩5分

申込み方法

下記の参加申込書に必要事項をご記入の上、申込み先へFAXまたは郵便にてお送りください。申込みを受けた方には、12月上旬から参加票をハガキにて郵送いたします。その後の受付分は、随時送付いたします。当日、参加票（ハガキ）を受付にご提出ください。

申込み先 中央労働災害防止協会 健康確保推進部 メンタルヘルス推進センター
〒108-0014 東京都港区芝5-35-2 安全衛生総合会館6F
TEL 03-3452-3473 FAX 03-3453-0730

**11月12日(金)より
受付開始**
申込みは先着順となります。
定員になり次第締め切らせて
いただきます。

参加申込書 送付先 FAX 03-3453-0730

フリガナ			所属部署・役職	
参加者氏名				
事業場名				
参加者連絡先	〒	勤務先・自宅 (○印をつけてください)	(勤・自) TEL	()
			(勤・自) FAX	()

※申込みの注意事項
 注1 複数でお申込みの場合は、この用紙をコピーして、参加者1名につき1枚記入してお送りください。同一事業場から多数の申込みの場合は参加をご遠慮いただくことがあります。個人での参加の場合は、事業場名の欄に「個人」とご記入ください。キャンセルの場合は、早めにご連絡願います。
 注2 ご記入いただいた個人情報につきましては、当協会が責任を持って管理し、心の健康づくりシンポジウムの的確な実施に使用するほか、当協会が行う各種セミナー、出版する図書、コンクールへの応募動員、アンケートのご案内、その他当協会事業に関する情報の提供等に使用することがあります。個人情報の二次利用に同意いただけない方は□にチェックマークをご記入ください。

同意しない

※シンポジウム当日の注意事項
 注1 当日は混雑が予想されますので、お早めにお越しください。
 注2 館内での飲食はできません。 注3 録音、写真・ビデオ撮影は、ご遠慮ください。

<事務局記入欄>