

平成23年度

心の健康づくり シンポジウム

基調講演

「うつを見直す～生活習慣の観点より」

佐々木 司(東京大学大学院 教授)

シンポジウム

「健康的な生活習慣からの
アプローチ」

司会進行:河野 慶三(河野慶三産業医事務所)

助言者:佐々木 司

シンポジスト

田中 克俊(北里大学大学院 教授)

山本 晴義(横浜労災病院
勤労者メンタルヘルスセンター長)

矢内 美雪(キャノン株式会社矢向事業所 保健師)

いま再び、
ポジティブ・メンタルヘルスをめざす
健康的な生活習慣からのアプローチ

開催日

平成24年 **2月15日(水)**

時間

13:00~17:00

会場

銀座ブロッサム

東京都中央区銀座2-15-6

参加費

賛助会員・THP登録者**3,000**円/一般**3,300**円

後援

社団法人日本経済団体連合会 日本労働組合総連合会 社団法人日本医師会

主催

中央労働災害防止協会 <http://www.jisha.or.jp/>

THP指導者登録更新に必要な単位のうち1単位が取得できます。

メルマガ 会員限定 **先行受付** 平成23年**11月1日(火)**より行いますので、今すぐメルマガのご登録を!

健康づくりほっとニュース

検索

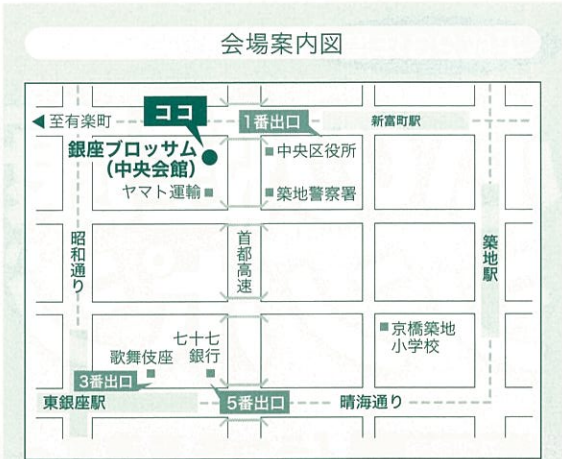
JISHA 中災防

今回のテーマ、ポジティブ・メンタルヘルス(Positive Mental Health)を直訳すると「前向きな心の健康づくり」となります。事業場におけるメンタルヘルス対策は、メンタルヘルス不調者への個別サポートのみならず、働く人の精神的コンディションをより良い状態に保つことによって、個人と組織のパフォーマンスをより発揮させ、高めていくことが重要です。最近では、メンタルヘルス対策の重要なアプローチのひとつとして注目されています。

中災防では、「心とからだの健康づくり運動：トータル・ヘルスプロモーション・プラン(THP)」の推進を通じて、事業場における働く人の心身両面にわたる健康づくりの支援を行って参りましたが、こうした取組みこそ「ポジティブ・メンタルヘルス」そのものと再認識し、いま再び、健康的な生活習慣からのアプローチを提案いたします。

そこで生活習慣の中でも、精神的コンディションの維持に関わりが深い「睡眠」にスポットを当てたシンポジウムを企画いたしました。

「生活習慣を見つめる」をキーワードとした基調講演、その後のシンポジウムでは、良好な睡眠を得るための方法や身体活動との関わり、労働時間と睡眠の関係、さらには事業場での対応について、シンポジストからご発言いただき、フロアを交えての意見交換により取組みへの手がかりになる情報を提供いたします。



銀座 Blossom

〒104-0061 東京都中央区銀座2丁目15番6号

- 東京メトロ有楽町線 新富町駅1番出口 (中央区役所方面から) 徒歩1分
- 東京メトロ日比谷線 東銀座駅3・5番出口 (歌舞伎座方面から) 徒歩8分
- 都営地下鉄浅草線 東銀座駅3・5番出口 (歌舞伎座方面から) 徒歩8分

※車でのご来館はご遠慮ください。

11月15日(火)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りとさせていただきます。

基調講演講師

佐々木 司(ささき つかさ)

東京大学大学院教育学研究科健康教育学分野 教授

●プロフィール

東京大学医学部医学科卒業後、同付属病院精神科にて研修。93年よりトロント大学クラーク精神医学研究所に留学。99年より東京大学講師(保健センター精神科)、同助教授(准教授)、2008年同精神保健支援室長・教授を経て、現在に到る。人間の「こころと体」の成長・発達に影響する遺伝的・環境的諸要因について、精神科医としての経験も活かして研究活動を進めている。

シンポジスト

田中 克俊(たなか かつとし)

北里大学大学院医療系研究科 教授

山本 晴義(やまもと はるよし)

横浜労災病院
勤労者メンタルヘルスセンター長

矢内 美雪(やない みゆき)

キヤノン株式会社
矢向事業所矢向総務課 保健師

※シンポジスト等変更させていただく場合があります。

申込み方法

下記参加申込書に必要事項をご記入の上、申込先へFAXまたは郵便にてお送りください。申込を受付けた方には、入金確認後、1月上旬から参加票をハガキにて郵送いたします。当日、参加票(ハガキ)を受付にご提出ください。

振込先

※振込手数料はご負担願います

(銀行振込)三菱東京UFJ銀行 三田(みた)支店 普通預金口座 0500387
(郵便振替)口座番号00180-2-99626 加入者名 中央労働災害防止協会

口座名 中央労働災害防止協会

申込み先

中央労働災害防止協会 健康快適推進部

〒108-0014 東京都港区芝5-35-2 安全衛生総合会館6F TEL:03-3452-2457 FAX:03-3453-0730

参加申込書 ▲ FAX:03-3453-0730

フリガナ			請求書・領収証 (ご入用の場合は○をおつけください。)	
参加者	(男・女)	(男・女)	宛 名	
フリガナ			●中災防会員についてご記入ください。 <input type="checkbox"/> 非会員(一般) <input type="checkbox"/> 中災防の賛助会員又はTHP登録者 (下欄に会員番号をご記入ください)	
連絡担当者				
フリガナ				
事業場 所属部課				
連絡先 参加票 送付先	(勤務先・自宅) ○をおつけください 〒 -		TEL (勤・自) ()	
	※参加票送付先名称・所在地が、お届けの賛助会員名称・所在地と一致しない場合、 賛助会員料金の適用はできません。		FAX (勤・自) ()	

注意事項

- 注1 参加取消の場合は、参加料お振込の有無に関わらず、シンポジウム開催7日前～前日までは参加料の30%・当日は参加料全額をキャンセル料として申し受けますのでご了承ください。なお、返金の振込手数料はご負担願います。開講後のご返金は如何なる場合でもお断りしておりますので、ご了承ください。
- 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勲奨、アンケートのご案内、その他公益的な観点からの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