

「危ない季節の**変わり目**に対応」

20名様 限定

★だから 参加費 会員無料 お弁当付き！



ナミセ象対金助補県

## メンタル・ヘルスの実際

新人は「金のたまご」

「せっかくのストレスチェック」、職場の精神衛生に生かしていますか？

「新型うつ部下に、どう接したらよいのか分からない」

「こころの健康に不調を感じている職員、同僚を早く見つけて、治ってほしい」

これらメンタルヘルスの問題に、「現場の目線」から電通事件などを推理して職場のメンタルヘルスに生かします。全くの初心者から、職場に心当たりがある経験者など、どなたにもすぐ役立つ情報を提供するセミナーです。

また、職場の人間関係を良好にする「アサーション」もお話ししますので、職場ですぐに役立ちます。実践練習も行います。

**さらに、このセミナーは身近で実際に起こった事故を例に解説**をします。

なぜ、彼は庁舎の屋上から身を投げたのか、公務員として希望を持った新人を追い詰めたものは何か・・・、40年余の群馬県庁での体験を踏まえて今後に生かします。

お弁当付きの**限定20名様**、ぜひご参加下さい。

日時：平成29年3月16日(木) 9:30 ~ 16:30

▽ 場所：群馬県勤労福祉センター 第3会議室

▽ 講師：群馬県生産性本部 南雲 正和

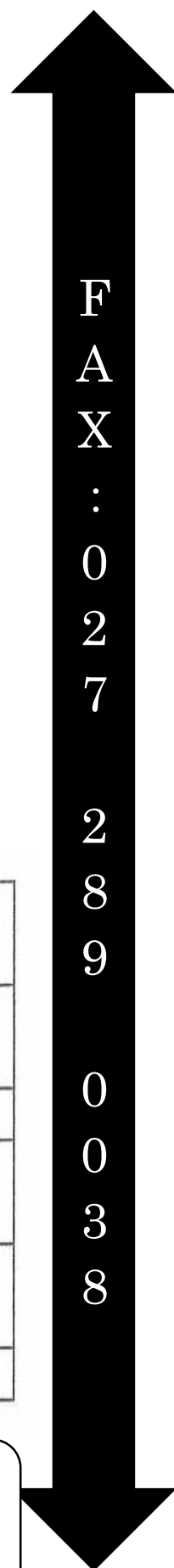
▽ セミナーの主な内容

- (1) メンタルヘルスの基礎知識 ⇒ 未然に防ぐ！
- (2) 「電通事件」を推理して学ぶ
- (3) 病気から立ち直った仲間と上手く働く 周囲の人が肝心！

参加費： 会員 無 料  
一般 3,000  
円  
(資料代別 1,500円)

(4) 「アサーション」で快適職場を造ろう 主役はあなた！

区 分	時 間 割 (主なテーマ)
受付 09:30～ 10:00 ～12:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>・メンタルヘルスの重要性と取り組み</li> <li>・早期発見・早期治療、早期復帰・再発防止</li> <li>・「新型うつ」とは・・・、予防と対策</li> <li>・精神科、神経科、心療内科の違い(どこへ行ったら良いのか)</li> <li>・職場だからできるうつ病対策(寛解を知る)</li> <li>・職場環境の改善のポイント ⇒</li> </ul>
12:00～13:00	【 休 憩 】
13:00～ 14:30 ～16:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「演習」でポイントを学ぶ</li> <li>・電通事件を考える <b>新人は「金のたまご」</b></li> <li>・「<b>頑張って・・・</b>」<b>と言っ</b>てはいけない理由</li> <li>・<u>実例解説⇒悲劇を起こさないために</u></li> <li>・「<b>仲間</b>」を救う一言</li> <li>・アサーションは自分も相手も大切に<b>する自己表現</b> (内容は変更する場合があります)</li> </ul>



「メンタル・ヘルスの実際セミナー 参加申込書」

FAX 027-289-0038

TEL 027-261-0603

ふりがな		
組織名:		
所在地:		
TEL: ( )	FAX: ( )	
所属・役職	ふりがな 参加者氏名:	E-mail
所属・役職	ふりがな 参加者氏名:	E-mail
FAX 027-289-0038		

【講師】群馬県生産性本部 南雲 正和

メンタルヘルス・マネジメント検定Ⅱ種合格(大阪商工会議所) 群馬ものづくり指導者技能  
承継事業「スキルアップセミナー」講師 管理業務主任者 ファイナンシャル・プラン技能士