

若手社員の“メンタル離職”を未然に防ぐ ～上司、同僚がストレスの原因？～

現在、メンタルヘルスが大きく取り上げられている理由は、**働く人たちがストレスをためている**からにほかなりません。

国の調査では、仕事をしている人の約6割がストレスを感じており、ストレスの原因として一番多かったのは「**人間関係**」でした。

メンタル不調は30歳代以下の割合が高いため、病気を直接の原因とする**退職率はメンタル不調が最も高い**と考えられます。

職場環境を改善するには、「**ストレスチェック**」を活用することが非常に有効です。

さらに会社や労組における職場の人間関係を「**アサーション**」の活用で改善する方法を考えます。

また、このセミナーでは、**群馬県庁で経験した事例**をもとに解説しますので、すぐに使える具体的な解決策をお話しします。

1. 開催日：平成29年8月21日（月） 9：30～16：30
2. 会 場：群馬県勤労福祉センター 第四会議室
3. 講 師：南雲 正和 氏（前群馬県生産性本部事務局長）
4. 対 象：企業・組織の人事労務、安全衛生、健康管理担当者
労働組合 役員
管理職、監督職など
5. 受講料：会員 8,000円 一般11,000円

◎締め切り：平成 29年8月10日（木）

◎振込先： 群馬銀行県庁支店（普）0036058

★人数、費用、内容などお気軽にお問い合わせください。

主催：群馬県生産性本部 TEL.027-261-0603 Fax.027-289-0038

南雲 正和 講師

群馬県庁退職後、平成24年から29年までの5年間、群馬県生産性本部事務局長として、企業の生産性向上のためのセミナーを年間に十数回企画・開催するとともに、数多くの民間企業等においてメンタルヘルスセミナーの講師をつとめてきた。

特に、長年にわたる県庁生活で経験してきた事例をもとにした話には説得力があり、時に胸を打たれる。職場環境を改善するため、すぐに使える解決策を一つでも多く持ち帰っていただけるよう心がけます。

セミナープログラム(主なテーマ)

9:30～

受付

10:00

◎メンタルヘルスの重要性と取り組み

～12:00

◎早期発見・早期対応、早期復帰・再発防止

◎「新型うつ」とは…予防と対策

◎職場環境の改善のポイント

【休憩】

13:00

◎ストレスチェックは事業経営の一環

～16:30

◎アサーション（自分も相手も大切に自己表現）の活用

◎事例解説…悲劇を繰り返さないために



「演習」でポイントを学びます。

(内容は変更する場合があります)

組織名			
所在地			
TEL		FAX	
E-mail			
会員区分	1. 一般 2. 生産性本部会員 3. その他		
派遣ご担当者 お名前	ふりがな	ご所属/役職	
備考			
参加者	お名前	ふりがな	所属
	お名前	ふりがな	所属
	お名前	ふりがな	所属