

札幌健康支援室です

札幌健康支援室の活動を紹介します！！

平成30年11月22日（木）に
メンタルヘルスセミナー

「実際の困りごとを通して学ぶ メンタルヘルス問題への対応」

を開催しました

医療法人社団 五稜会病院

札幌CBT&EAPセンター副センター長で
ある 中村 亨 氏 に講義をしていただき、
19社19名の参加をいただきました。



4グループに分かれ「メンタルヘルスに関わる困りごと」をグループでディスカッションし、「メンタルヘルスの基礎知識」を講義していただきました。その後「メンタルヘルス不調者に関わる際の工夫・アイデア」についてのグループディスカッションや中村先生からのアドバイスにより知識を深めました。

「先生のお話が大変わかりやすく、ためになった」
「ディスカッションで他社の皆さんの意見が聞けて良かった」
などの感想をいただきました！

