

# メンタルヘルスセミナー& 健康管理担当者打合会を開催！



～高松健康支援室～

【平成30年7月26日（木曜）に高知で開催！】

13名（8事業所）が参加され、高知産業保健総合支援センターの専門職の方にも参加していただきました。



## 講演 「職場におけるメンタルヘルス対策」

【講師】 高知産業保健総合支援センター相談員  
保健師&シニア産業カウンセラー

榎本 宏子先生

- ストレス関連疾患の予防対策
  - ストレスチェック制度や職場環境改善
  - 考え方のくせに気づく等のセルフケアについて
- ♫ 企業や病院でのご自分の経験も交えて、分かりやすく説明していただきました。

皆さん、前を向いてしっかりと話を聞いていますね。



## 情報交換会

- ◆ 産業保健総合支援センターの専門職より『メンタルヘルス対策関係助成金』等の企業で活用できるサービスを紹介。
- ◆ 自社の取組みや高ストレス者への対応の難しさ等の意見交換を行いました。

皆さまから意見が聴け、大変盛り上がりました！

今後もセミナー等を企画していきます！！