

メンタルヘルスオンラインセミナー

# 「コロナ禍でのメンタルヘルスについて」



コロナ禍により、感染症対策を行いながらの業務従事やリモートワークなど、私たちの働く環境が大きく変化しています。  
また、先の見えない不安により、新たに感じるストレスや疲労などメンタル面において不調を感じる方が増えているようです。  
今回のセミナーでは、コロナ禍により生じるストレスの経過や適応していく方法について、専門家からアドバイスをいただきます。



日時

2021年1月28日(木) 15:00~16:30

講師

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 中村 亨 氏

#### 【講師プロフィール】

公認心理師、臨床心理士、産業カウンセラー、認定行動療法士  
2001年北海道医療大学大学院修士課程修了後、医療法人社団五稜会病院で心理士として勤務。

2013年より札幌CBT & EAPセンターの前身となるEAP事業で責任者を務め、働く人のストレス対策や治療、企業のメンタルヘルス研修や専門職等の支援者研修の講師など、医療分野、産業分野でのメンタルヘルス支援を行っている。



参加費

無料

参加方法

オンライン配信(Web会議システム『Zoom』を使用)

申込方法

右記申込フォーム(申込URL)よりお申込みください。  
後日、ご登録いただいたメールアドレスにてご案内いたします。

申込フォームはこちら 



定員

90名(応募多数の場合は抽選になります。)

※ 北海道内の組合加入事業所様を優先させていただきます。

※ Zoomの同時接続アカウント数の関係上、1事業所につき1名様とさせていただきます。

申込締切

2021年1月7日(木)

留意事項

視聴の際は、Zoomへのアカウント登録(事業所名、申込者氏名及びメールアドレス)が必要になりますので、あらかじめご承知おきください。



お問い合わせ先 全国土木建築国民健康保険組合 札幌健康支援室

〒060-0052 札幌市中央区南2条東1丁目1-14 住友生命札幌中央ビル9階

TEL 011(806)0080 FAX 011(241)1383