

令和3年度

メンタルヘルス研修会

近年、働く人のストレスが増大してきていると言われていています。ストレスが高まるとうつ病などの疾患につながることもあります。職場で働く一人ひとりが自分のストレス状況を知り、ストレスと上手につきあうことが、ますます重要となってきました。

みんながイキイキと元気に働ける職場づくりを目指していきましょう。



新入社員向け

令和3年6月2日（水）
14：00～16：00

講演

「新入社員がこころ元気に働き続けるために
必要なこと～精神科医からのメッセージ～」

講師 鳥取県立精神保健福祉センター
所長 原田 豊 氏

場所 Cisco Webex Meetingsによる
オンライン研修
鳥取市役所駅南庁舎 B-5会議室
(オンライン環境がない方)

対象者 東部圏域の企業・事業所で働く新入社員の方

定員 会場：15名 / オンライン：20名

新社会人として新たな環境で出発された方は、精神的緊張や疲労の蓄積によるストレスがたまっている可能性があります。メンタルヘルスに関する正しい知識やストレスへの対処方法等について学びます。

管理職向け

令和3年7月2日（金）
14：00～16：00

講演①

「部下をもつ人のためのメンタルヘルス対策」

講師 鳥取産業保健総合支援センター
カウンセリング担当相談員 芦村 浩 氏

講演②

「職場のメンタルヘルス（ラインケア）
～上司も部下もいきいきと働くための上司の役割とは？～」

講師 鳥取産業保健総合支援センター
保健指導担当相談員 渡部 一恵 氏

場所 Cisco Webex Meetingsによる
オンライン研修

対象者 東部圏域の企業・事業所で働く管理職の方及びメンタルヘルスに関心のある方

定員 20名

メンタルヘルスに関する正しい知識を身に付け、自分だけではなく、部下への対応を理解し、働きやすい職場づくりを築くことを目指します。

申込
方法

各日程の1週間前までに裏面の申込書に必要事項をご記入の上、ファクシミリ（新入社員向けのみ）メールでお申込みください。
※お申込みは、令和3年5月6日（木）から受付開始とします。
※オンラインで出席の方については、資料を別途送付します。

問
合せ先

鳥取市保健所 保健医療課 心の健康支援室
電話：0857-22-5616 ファクシミリ：0857-20-3962
公式メールアドレス：kokoro-support@city.tottori.lg.jp

参加費
無料



メンタルヘルス研修会 申込方法

■ 新入社員向け 6月2日(水)

申込締切 5月26日(水)

お申込み先

鳥取市保健所 保健医療課 心の健康支援室
電話：0857-22-5616



メールでお申込みの方は、下記を入力し送信してください

送信先▶ 公式メールアドレス：kokoro-support@city.tottori.lg.jp

- ◆ 連絡先：会社名・電話・担当者名
- ◆ 参加者について：役職・氏名・就労年数
- ◆ 参加方法：会場またはオンラインどちらかを記載
- ◆ 講師に質問したいことがありましたらお書きください。



ファクシミリでお申込みの方は、下記の申込書にご記入をお願いします

送信先▶ ファクシミリ：0857-20-3962

申込書

	役 職	氏 名
<input type="checkbox"/> 新入社員 <input type="checkbox"/> その他 (年目)		
<input type="checkbox"/> 新入社員 <input type="checkbox"/> その他 (年目)		
<input type="checkbox"/> 新入社員 <input type="checkbox"/> その他 (年目)		

参加方法	<input type="checkbox"/> 会場	<input type="checkbox"/> オンライン
------	-----------------------------	--------------------------------

【送信元】会社名 / 担当者名 /

電話番号 /

メールアドレス /

☆オンライン研修をお申込みの方には、研修会1週間前を目途に、招待メールをお送りします

■ 管理職向け 7月2日(金)

申込締切 6月25日(金)

お申込み先

鳥取産業保健総合支援センター 電話：0857-25-3431

鳥取産業保健総合支援センターのホームページ「研修・セミナー」からお申込みください。



※申込みは、メールの受付のみとしています。

☆お申込み完了後、研修会1週間前を目途に、招待メールをお送りします