

働く人の「こころ」と「からだ」 の健康セミナー

新たに採用された労働者向けセミナーを開催いたします

新入社員を中心に心と体の健康を保持増進しながら元気に働き続けることができるよう、日頃の健康管理とメンタルヘルス不調の予防や対処方法などのセルフケアについてセミナーを開催いたします。

平成30年

6月7日 木

14:00～16:00

【会場】

とりぎん文化会館
2階 第5・6会議室
(鳥取市尚徳町101-5)

◎参加費：無料

◎対象：新たに採用された新入社員または、健康管理に関心のある労働者

◎申込方法：裏面「申込書」に必要事項を記入の上FAXしてください。
又、ホームページよりダウンロードして申込みも出来ます。

◎申込先：鳥取産業保健総合支援センター
(鳥取市扇町115-1 鳥取駅前第一生命ビル6階)

ホームページ：<https://www.tottoris.johas.go.jp>

T E L : 0857-25-3431 FAX : 0857-25-3432

① 健康管理のすすめ方

◎健康診断の結果からみえてくる身体の状態と健康リスクへの対応について説明します

【講師】鳥取銀行 保健師、当センター保健指導担当相談員
岩本 桂子 氏

② 職場のメンタル不調対策

◎労働者のメンタルヘルスの現状、メンタル不調への気づきと対策について説明します

【講師】岡田内科 医師、当センターメンタルヘルス担当相談員
岡田 浩子 氏

ホームページ QRコード



【申込先 F A X 番号】 0857-25-3432

「労働者向けセミナー」申込用紙

【申込先】鳥取産業保健総合支援センター

所属機関名：

所属機関

住 所：

電話番号：

F A X：

E-Mail：

@

無 料

《出席者》

氏 名	職 種

※用紙が足りない場合はコピーをしてご利用ください。



※お申し込み後、キャンセルされる場合はお早めにご連絡ください。

※研修会申込用紙に記載頂いた個人情報は、当センターが行う産業保健推進に関する
こと以外には使用いたしません

事前に健康管理やメンタルヘルスについて気になることがありましたらご記入ください。
(当日質問されても構いません)