

関係者の方々にご回覧下さい。

--	--	--	--	--

『あなたの法人は大丈夫？』労働人口の減少により人手不足が深刻な中、人材確保は容易ではありません。せっかく確保した人材もメンタル不調により辞めてしまう。このようなことは起こっていませんか？現在では社会人の62%がメンタル不調を経験しており、原因の1位は職場の人間関係です。メンタル不調になった人のうち9割が仕事に影響があったと感じています。精神障害における労災申請件数は右肩上がりが増加しています。このような状況にも関わらず**法人のメンタルヘルス対策実施率は非常に低く内容も不十分なものです。法人はメンタルヘルス対応の体制を構築するとともに啓発活動を行うことは急務といえるでしょう。まずはセルフケアの知識向上と法人で働く全ての人（経営者・管理職・従業員）のセルフチェックの実施を優先すべきと考え、今回は、メンタルヘルス対策のセルフケアについて学ぶためのセミナーを開催いたします。**
本セミナーでは、メンタルヘルスとストレスの関係、メンタル不調のメカニズム、自身の注意サイン、ストレス対処法、等を分かりやすく解説します。そして講義の中で実際に作業をしていただくことでより理解を深める内容となっています。この貴重なセミナーを逃すことなく奮ってご参加下さい。

◆テーマ◆

【メンタルヘルス対策セミナー】

メンタルヘルスも「予防」する時代
～セルフケアについて学ぼう～

- ・メンタルヘルスとは？
- ・自己保健義務
- ・セルフケアとは？
- ・メンタルヘルスケアの大切さとストレスを知る
- ・セルフケアの第一歩 ～自分の注意サインを知ろう～
- ・ストレス対処法を増やそう
- ・work ～考えてみよう～

◆開催日時◆

2024年5月29日（水） 13:30～17:00（質疑応答を含む）

◆会場◆

大阪市立総合生涯学習センター 5階 第1研修室

〒530-0001 大阪府大阪市北区梅田 1-2-2-500 大阪駅前第2ビル5階

（JR「大阪」・阪神「大阪梅田」・地下鉄「梅田」「西梅田」「東梅田」・阪急「大阪梅田」より徒歩5～10分）

◆講師◆

さくらクリニック&Co. 安宅 潤司 氏

◆参加費◆

会員 1口につき 1名 無料 ※参加費には資料代が含まれます。
非会員 1名につき 20,000円

◆申込方法◆

参加申込書にご記入の上、FAX 06 (6309) 0070 にてお申込み下さい。

参加費は

りそな銀行 新大阪駅前支店（普通）0364702 一般社団法人全国福祉法人協会

ゆうちょ銀行 記号 14080 番号 68704561 一般社団法人全国福祉法人協会

へご送金ください。お振込手数料はお客様のご負担にてお願いします。

振込票のお客様控えを領収書とさせていただきますのでご了承ください。

参加費ご入金期限

開催日の3日前

5/29の3日前 即ち5/26

◆注意事項◆

先着申込み順で定員になり次第締め切ります。

受付にて検温・消毒を行います。（発熱がある方は参加できません。）

会場内ではマスクの着用にご協力をお願いします。マスクは各自でご用意下さい。

当日の受付は13:10～おこないます。

受付開始より早く来られても会場内には入れません。

一般社団法人 全国福祉法人協会（全福協）

〒532-0011 大阪市淀川区西中島 6-2-3-819 チサン第7新大阪8階

電話 06 (6309) 0010 FAX 06 (6309) 0070

E-mail info@fukushihoujin.or.jp URL http://www.fukushihoujin.or.jp/

