

職場で役立つメンタルヘルス・マネジメント講座

令和元年 9 月 18 日（水）

18時30分～20時00分（開場18時00分）

【会場】

大阪府立中之島図書館
別館 2 階

【参加費】

無料

【定員】

60 名

(要事前申込 先着順)

※定員に達し次第締め切ります。

【申込方法】

裏面をご覧ください

あなたと職場の健康のために 

「自分や周囲がうつ病になったらどうしよう」「部下が明日から会社に来なくなったら・・・」そう考えたことはありませんか？

このセミナーでは「働く」場面を中心に、働き方改革等に触れながらストレスとメンタルヘルス不調の仕組みについて詳しく解説します。

知っていると知らないとでは大違い。ストレスを正しく知って対応することは、メンタルヘルス不調の予防や早期発見につながります。あなたと、あなたの職場のメンタルヘルス向上に役立つ講座です。



【お問い合わせ】

大阪府立中之島図書館
ビジネス支援課
(担当：泉・西尾)大阪市北区中之島 1-2-10
電話：06-6203-0474

講師：打上紋さん (うちがみ経営労務サポート 代表 中小企業診断士, 社会保険労務士)



ソフトウェア会社の経理部門勤務をきっかけに、企業経営の仕組みに興味を持ち、国や都道府県の中小企業支援機関で企業の課題解決の支援に携わる。企業の成長段階に応じて変化する課題や、複数の課題にも、経営者と共に取り組んでいる。また、支援を重ねる中で、企業の成長には経営者や従業員の心と体の健康が重要であると実感。職場のメンタルヘルス・マネジメントや健康経営の知識を活かして、従業員が生き活きし、生産性がある職場改善も行っている。メンタルヘルスマネジメント検定第1種、健康経営アドバイザー。

●申込方法のご案内



1 インターネットでお申込み

<https://www.shinsei.pref.osaka.lg.jp/ers/input?tetudukiId=2019070036>

中之島図書館ホームページからもアクセスできます。

2 この「参加申込用紙」にご記入のうえお申し込み

中之島図書館2階「調査相談カウンター」へお持ちいただくか、ファックスでお申し込みください。

FAX: 06-6203-4913 大阪府立中之島図書館 ビジネス支援課 宛

●参加申込用紙 ※申込時に記入された個人情報は本講座実施時の資料としてのみ使用します。

開催日	令和元年9月18日(水) 18:30~20:00(仕事力・経営力アップ講座 第3回)		
名前 (必須)	(フリガナ)		
電話番号		FAX番号	
メールアドレス	@		
所属		業種	
部署名		役職	

●会場案内図

大阪府立中之島図書館 別館 2階

<最寄駅>

- ・Osaka Metro (地下鉄) 御堂筋線・京阪本線
「淀屋橋」駅
(1号出口) 北東へ約300メートル
- ・京阪中之島線「なにわ橋」駅
(1番出口) 西へ約300メートル
- ・京阪中之島線「大江橋」駅
(6番出口) 東へ約300メートル

