

平成29年度 労働衛生週間講演会 第24回 エンカレッジ推進セミナー

“みんなで考える メンタルヘルスのセルフケア”

- ▶ 現在の仕事や職業生活に関することで
強い不安、悩み、ストレスがある人は、
男女とも6割に登っています。
(厚生労働省「労働安全衛生調査」)
- ▶ ストレスに気づき、ストレスとうまく付き
合いながらメンタルヘルス疾患にかか
らないよう、セルフケア知識を身につけ
ましょう！



講師

奈良間 英樹（ならまひでき）氏
株式会社Social Vitamin 代表取締役
プロフィール
高齢社会エキスパート（総合）、ワークライフバ
ランスコンサルタント、元筑波大学医学群非常勤
講師、つくば市シニアエキスパート登録講師
音の宝箱・つくば企画運営会議事務局長、特定非
営利活動法人セカンドリーグ茨城 理事、県南地
域医療懇話会 理事、ドラッカー学会会員

日時：平成29年10月3日（火）
13:15～15:00

場所：森林総合研究所大会議室
(TV会議にて支所等に中継あり)

講師：奈良間 英樹氏
株式会社Social Vitamin代表取締役

主催 職員課・ダイバーシティ推進室

