

働く人のための
メンタルヘルスセミナー

参加費
無料

心の健康リスク 回避法

近年、働き方が多様化する中で、仕事や職業生活に関する強い不安、悩み、ストレスを感じる労働者の割合が高くなっています。メンタルヘルス不調の予防には、職場のストレス因を把握し、除去することが重要ですが、職場のストレス因は、労働者自身の力で取り除くことができないものもあり、労働者自身が心身を整える必要があります。精神科専門医で産業医も務めている講師が、心の健康リスクを回避するための方法を説明します。

日時

7/26 **金** 14:00～15:30

実施方法

Zoomwebinar（オンライン）

申込方法

当センターホームページの「研修・セミナーのご案内」ページより「その他」を選択しお申し込みください。前日までにURLをお知らせします。

講師紹介



獨協医科大学越谷病院こころの診療科教授
精神科専門医、精神保健指定医、認定産業医
埼玉産業保健総合支援センター 相談員（メンタルヘルス担当）

井原 裕 氏

現在、県内の大学病院精神科、都心のメンタルクリニックに勤めるとともに、県内の企業にて嘱託産業医として稼働。精神科医として、うつ病、適応障害、発達障害等の症例に対応。産業医としては、休職・復職面談、復職後定期面談、ストレスチェック後医師面接、長時間労働者医師面接等を行っている。日本産業精神保健学会会員、日本精神科産業医協会会員。

著書『くすりにたよらない精神医学』

『精神療法の人間学-生活習慣を処方する』等多数

お問い合わせ



独立行政法人労働者安全機構

埼玉産業保健総合支援センター

048-829-2661



info@saitamas.johas.go.jp

