

参加費
無料

令和7年度 職場の健康づくり応援研修会



ストレスが原因でメンタルが不調になることは誰にでも起こりうることです。

個人の悩みは周りからは気づきにくいものです。そして、あなた自身も無理なく働けていますか？個人では解決することが難しいことも、組織で取り組むことで解決することができます。

本研修会では、海辺の杜ホスピタルの榎本氏に職場における心の健康づくりについて、メンタルヘルス不調者の早期発見と対応などを分かりやすくお話をさせていただきます。

従業員一人一人の心の健康が事業所のさらなる活性化につながります。

事業主の方はもちろん健康管理担当の方や従業員の皆さんもぜひ、ご参加ください！

日時

令和8年

1月27日（火）14時00分～15時30分

受付13時30分～ 血圧測定ブース有り

場所

須崎市立市民文化会館 1階 大会議室
(須崎市新町2丁目7-15)

内容

情報提供

「働き盛りのメンタルヘルス対策」 須崎福祉保健所

「健康経営の取組」 協会けんぽ高知支部

講 演

「職場における心の健康づくり ～メンタルヘルス不調者の早期発見と対応～」

講師 榎本 宏子 氏

医療法人精華園 海辺の杜ホスピタル 管理部参与/保健師
独立行政法人 高知産業保健総合支援センター 相談員

申し込み

以下のいずれかの方法で 令和8年1月19日（月） までにお申し込みください。

①FAX：裏面の参加申込書によりFAX

②QRコード：スマートフォンで読み取り、電子申請

※QRコードから複数名申し込まれる場合はお手数ですが1名づつ申し込みが必要です。



FAX 0889-42-8924 (送信票不要)
高知県須崎福祉保健所 健康障害課 健康増進担当宛

■ 必要事項をご記入のうえ、令和8年1月19日(月)までにお申し込みください。

ご所属 (事業所名)	
送信者名	
連絡先	TEL :

令和7年度 職場の健康づくり応援研修会

参加申込書

参加者氏名	職名等

＼ 健康経営をすすめよう！／



問い合わせ先：高知県須崎福祉保健所
健康障害課 健康増進担当
TEL 0889-42-1875
FAX 0889-42-8924