

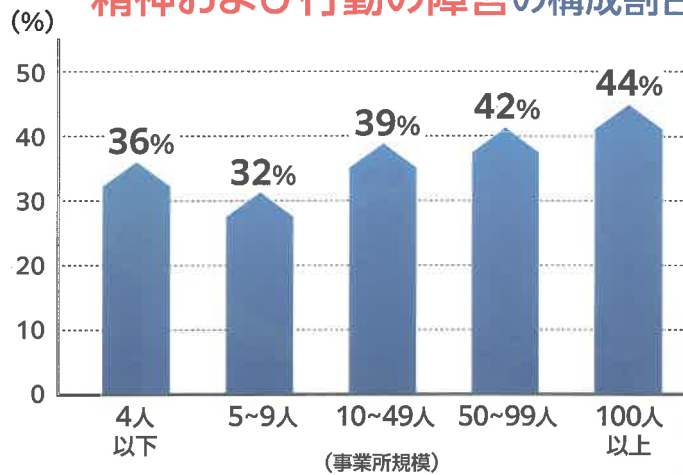
令和6年度

# メンタルヘルスセミナーのご案内

ストレスと上手に向き合えていますか? **セルフケア編**

今、メンタルヘルス不調に悩んでいる方が急増しています。

事業所規模ごとの傷病手当金申請数に占める精神および行動の障害の構成割合



事業所の規模にかかわらず精神および行動の障害の割合が高いですね...

(令和5年4月から9月までの兵庫支部における6か月間の傷病手当金の支給データから抽出)

## 配信セミナーを開催します。

いつでも・どこでも・誰でも受講可能

参加費  
**無料**

【配信期間及び時間】 令和6年 8/1(木)~9/30(月) 各動画60分程度

【講師】 岡田 邦夫氏  
(労働衛生コンサルタント・NPO法人健康経営研究会 理事長)

おすすめ

【開催内容】 **① みんなで学ぶメンタルヘルスセミナー**

職場で自分自身のストレスと向き合い、上手につき合っていくための知識等を学びます。

**【セルフケア編】**

② 管理職のためのメンタルヘルスセミナー 【ラインケア編】 (詳細は、裏面をご覧ください。)

これからの管理職に求められる職場のコミュニケーションやメンタルヘルスケアの知識を学びます。

【視聴方法】 協会けんぽ兵庫支部のホームページからアクセスし、視聴できます



◎主催:全国健康保険協会 兵庫支部 ◎共催:兵庫県社会保険協会 ◎後援:兵庫産業保健総合支援センター