

休職・離職を防ぐ 新たなメンタルヘルス対策セミナー

2024年 **3月23日** (土)

10:00~12:00

オンライン開催
(ウェビナーによるライブ配信)

当社登録者：無料

未登録者：1,000円(税込)

※未登録の方は、当社キャリアアドバイザーとの面談を終えご登録手続きを頂ければ、無料で受講可能です。
※一般社団法人日本疲労メンテナンス協会からの案内、当社営業担当者からの案内にてお申込みの方は
申込フォームでその旨ご記載頂きますようお願い申し上げます。



心拍変動解析によるストレス値の役立て方

「メンタルヘルス対策を行っているにもかかわらず、メンタル不調者が減らない」

「休職中の社員への関わり方が難しい」

企業の人事部門や産業看護職の皆さまは、このような問題を抱えていらっしゃるのではないのでしょうか。ストレスが原因と分かっても、それを排除することは難しいため予防は不可能だとあきらめていませんか？メンタル不調は、心が弱い方の病気というような個人の問題とわれていませんか？

まずは、正しい知識を身に着けることが重要です。うつ病発症プロセスを理解した上でメンタルヘルス対策を実施すると、その効果を発揮しやすくなり、離職率を減少させた事業所もあります。

スマホで簡単に測定できる心拍変動解析によりストレスを可視化することは、メンタルヘルス対策の1次予防に役立ちます。

ストレスの可視化で、より健康な働き方を支援できることを、本セミナーでぜひ実感して頂ければと思います。

講師

時任 春江様



うつ病にさせないための
コンソーシアム
一般社団法人
日本疲労メンテナンス協会
代表理事
看護師

看護師として25年経験後、看護師のためのメンタルヘルス研修事業等を開始。2016年には一般社団法人日本疲労メンテナンス協会を設立。現在は「うつ病予防研修」を一般企業や公的団体にて実施。うつ病にさせないためのコンソーシアムとして「うつ病にさせないためのアドバイザー」の養成にも力を入れており、2023年12月時点での受講者は1,048名。また、全国の看護師を対象とした市民活動団体One Nurseを設立し、看護師の第3の居場所として運営している。

プログラム

- 1) **メンタルヘルスの現状**
うつ病事例から現状を理解する
- 2) **NIOSHの職業性ストレスモデルからうつ病予防を理解する**
4つの発症要因に対する予防方法を理解する
- 3) **心拍変動解析によるストレス測定**
測定結果事例をもとに有効性を理解する
- 4) **生活改善のアドバイス例**
呼吸法の紹介
- 5) **心理的安全性を醸成するための一方法(色彩心理の応用)**

休職・離職を防ぐ 新たなメンタルヘルス対策セミナー 申込詳細

《休職・離職を防ぐ 新たなメンタルヘルス対策セミナー》

◇日程 2024年3月23日(土) 10:00~12:00

◇方法 オンライン開催(ウェビナーによるライブ配信)

◇講師 時任 春江様/一般社団法人日本疲労メンテナンス協会 代表理事

◇費用 当社登録者: 無料/未登録者: 1,000円(税込)

※未登録の方は、当社キャリアアドバイザーとの面談を終えご登録手続きを頂ければ、無料で受講可能です。

ご希望の方はお電話(0120-305-605)またはメール(kenmk@primary-assist.co.jp)へご連絡下さい。

※一般社団法人日本疲労メンテナンス協会からの案内、当社営業担当者からの案内にてお申込みの方は申込フォームでその旨ご記載頂きますようお願い申し上げます。

◇共催 うつ病にさせないためのコンソーシアム

《お申込み方法》 申込締切: 2024年3月22日(金) 15:00

1) 下記の「個人情報の取り扱いについて」を必ずご確認の上、URLまたはQRコードよりお申込みください。

QRコードはこちらから→

お申込みURL: <https://forms.gle/uzIzIEMlaZh7jsnq5>



2) お申込み受付後にお申込みフォームにご入力いただいたメールアドレスへご案内メールが自動送信されます。

※お申込みいただいてから2営業日経過後も自動返信メールが届かない場合、お手数ですが当社までご連絡ください。

3) 【当社にご登録をされている方】

【一般社団法人日本疲労メンテナンス協会からの案内・当社営業担当者からの案内でお申込みの方】
ウェビナー事前登録用URLをお送り致します。お名前とメールアドレスの事前登録をお願い致します。
登録後に視聴用のURLが届きますので、前日までに必ずご登録をお願い致します。

【当社にご登録をされていない方】

ご案内から1週間以内にご入金のお手続きをお願い致します。

ご入金の確認が取れ次第、ウェビナー事前登録用URLをお送り致します。

※QRコード及びURLからお申し込み頂けない場合、

以下「個人情報の取り扱いについて」をご確認の上、事務局までメールにてお申込みをお願い致します。

メール宛先: プライマリー・アシスト株式会社 セミナー事務局(kenmk@primary-assist.co.jp)

メール件名: 3月23日セミナー参加申込み

メール内容: ①氏名 ②所属先(企業名・部署名) ③当日参加メールアドレス ④電話番号

⑤当社登録状況(当社登録者/未登録者/その他) ⑥個人情報の取り扱いの同意可否

⑦本セミナーを知ったきっかけ(お選びください) 一般社団法人日本疲労メンテナンス協会からの案内/
プライマリー・アシスト担当キャリアアドバイザーからの案内/プライマリー・アシスト担当営業からの案内/
プライマリー・アシストHP/プライマリー・アシストSNS/プライマリー・アシストメルマガ

《お申込み注意事項》

・オンラインにてご参加される方は、事前に使用されるデバイスの動作確認をお願いします。

当日、接続が出来ない等のお問い合わせには対応致しかねますのでご了承くださいませ。

・一度ご入金されてしまうとキャンセル及び参加費の返金は出来かねますのでご注意ください。

個人情報の取り扱いについて

プライマリー・アシスト株式会社(以下「当社」という)は、当社が提供するサービスにおいてお預かりする個人情報を以下の様に適切に管理致します。

1) 個人情報取り扱い事業者の名称 プライマリー・アシスト株式会社

2) 個人情報保護管理者 藤澤 孝弘

3) 取得する個人情報と利用目的

お客様氏名、電話番号、Eメールアドレス、ファックス番号、職業等個人を識別できる情報を

お問い合わせ回答、当社が行うセミナーやキャンペーン等のサービスご案内に利用させて頂きます。

4) 個人情報の第三者への提供

お預かりした個人情報は、利用目的の範囲内で利用するものとし、次のいずれかに

該当する場合を除き、第三者への開示及び提供は行いません。

・個人情報提供者の事前の書面による承諾がある場合

・ご本人又は当該ご本人と接触する第三者の生命が危険にさらされる恐れがあると当社が判断した場合

・法令等により開示が求められた場合

5) 個人情報の委託

個人情報の取り扱いの全部又は一部を第三者に委託する場合は、当該第三者について

厳正な調査を行い、取り扱いを委託された個人情報の安全管理が図られるよう、

当該第三者に対する必要かつ適切な監督を行います。

6) 個人情報の「開示等の求め」に応じる手続き等

個人情報の変更(訂正)、又は個人情報の開示・抹消等については、「個人情報に関するお問い合わせ窓口」までご連絡下さい。尚、手続きに関する手順等については、ご連絡いただいた際にご説明致します。

7) 情報提供の任意性(個人情報を入力、提出される際の留意点)

お客様が個人情報を当社に提供されるか否かは、お客様の判断にお任せ致します。ただし、必須記入の表示がされている箇所にご記入がない場合は、一部サービスを受けられない場合がありますのでご了承下さい。

8) 書面による個人情報の保管期間

当社に提出頂いた個人情報は、取得時より期間を定めことなく保管しております。返却は致しませんのであらかじめご了承下さい。

9) 個人情報に関するお問い合わせ窓口

個人情報保護に関するお問い合わせ、苦情等については、以下にご連絡下さい。

プライマリー・アシスト株式会社

TEL: 03-4226-3856 / FAX: 03-4226-3853

《お問い合わせ先》

プライマリー・アシスト株式会社 セミナー事務局

住所 : 東京都千代田区四番町4-19 CIRCLES市ヶ谷8階

大阪府大阪市北区梅田1-1-3 大阪駅前第3ビル7階

TEL : 0120-305-605

MAIL : kenmk@primary-assist.co.jp

SNSでも情報発信中!

X(旧Twitter)

Instagram

Facebook

