

令和元年度

埼玉県労働セミナー

春日部会場

埼玉県労働セミナーでは、勤労者、事業者、就活中の方に向けて、労働法令や労働関係の身近な問題をテーマに、より良い職場環境づくりに役立つ知識を提供しています。

職場のメンタルヘルスセミナー 【ストレス対処法】

参加
無料



埼玉県マスコット

「さいたまっち」、「コバトン」

日時

8月27日【火】

18:30～20:00

[18時00分受付開始]

場所

- ・春日部市役所 別館5階
春日部駅から徒歩約7分
- ・定員50名（先着順）

概要

雇用環境の変化により職場での様々なストレスによるメンタルヘルス不調を訴える人が増加している昨今、職場のストレスは、働く人のモチベーションだけでなく、生産性の低下にも繋がります。

また、深刻な状況に至らないよう働く人が自らのストレスに気付き、対処する方法を身に付けることが重要であるため、本セミナーでは上手なストレスとの付き合い方などについて分かりやすく解説します。

- 職場におけるストレスマネジメント
- 知っておきたい職場のメンタルヘルス
- ストレスへの対処法

講師

産業カウンセラー

ひがき きつこ

檜垣 貴津子 氏

会場の御案内

春日部市役所
別館 5階

・春日部市中央6-2

東武アーバンパークライン・スカイツリーライン 春日部駅西口から徒歩約7分

※会場へは公共交通機関をご利用ください。

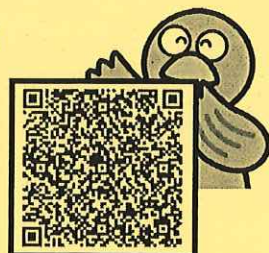


●お申込み・お問合わせ先 (埼玉県または春日部市あてにお申し込みください)

埼玉県 産業労働部 雇用労働課 (電話・FAX・インターネットで受付)

TEL 048-830-4518 FAX 048-830-4851

URL <http://www.pref.saitama.lg.jp/a0809/rodo/rodoseminar/index.html>



春日部市 環境経済部 商工振興課 (電話・FAXで受付)

埼玉 労働セミナー

検索

TEL 048-736-1111 (内線7757) FAX 048-733-3826

令和元年度 埼玉県労働セミナー【春日部会場】 FAX用申込書

埼玉県 産業労働部 雇用労働課 あて FAX:048-830-4851

春日部市 環境経済部 商工振興課 あて FAX:048-733-3826

ふりがな		区分(○で囲む)	
お名前	(男・女)	勤労者	事業者 ・ 就活中 ・ その他 人事労務担当者
お住まい	市・町・村	電話番号	
備考欄			

※御記入いただいた個人情報、当講座の実施に関する以外には使用いたしません。
※受付は先着順とさせていただきます。お申込みが定員を超え、受講をお断りさせていただく場合のみ、主催者からご連絡いたします。

みんなが主役！変えていこう 未来のために！

「誰もが輝く！職場スローガン」優秀賞 埼玉県公労使会議



埼玉県マスコット
「コバトン」「さいたまっち」