

イーハトーブ



《vol. 49》 2016.9 発行

H28. 8. 20開催

「こころの健康無料公開講座」

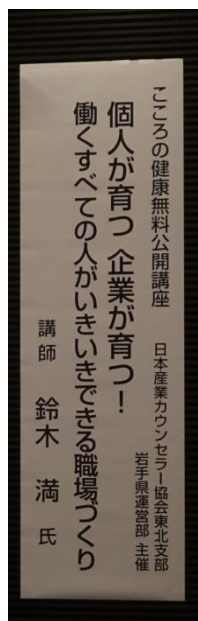
開催結果報告

5月から岩手県運営部で準備を進めてきました「こころの健康無料公開講座」は、8月20日(土)に、会員の皆様のご協力のもと、無事に終了することができました。ありがとうございました。

関係各位のご協力のもと、当日は85名のお客様に来場していただきました。

講師は、心の架け橋いわての活動等で活躍されている、外務省メンタルヘルス対策上席専門官の鈴木満先生にお願いいたしました。

過重労働やいじめ、自殺など職場のさまざまな問題を取り上げて講演され、「職場におけるメンタルヘルスの基本問題は環境要因が大きく、働く人の心理的負担を把握した環境改善が必要」と強調されておりました。また、ワークライフバランスは、人生や仕事に対する多様な考え方を認めることが必要である等、お話しされました。



また、今回は20

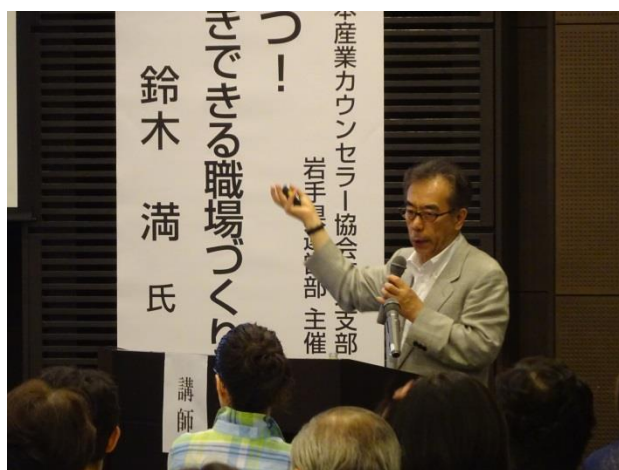
11年3月11日の協会創立50周年記念講演会のために作成し、震災で放映途中になったDVDを短縮版として15分程度に編集し直し、皆さんにご覧いただきました。



当初、鈴木先生の講演の前に放映予定でしたが、トラブルのため急遽プログラムの順番を変更し、鈴木先生の講演後に放映することになりました。

終了時刻を過ぎてからの放映でしたが、多くの方々が残っていただき、DVDを見ていただきました。この場をお借りして、会員の皆様、ご協力いただいた関係機関・各位の皆様にも改めてお礼申し上げます。

ありがとうございました。



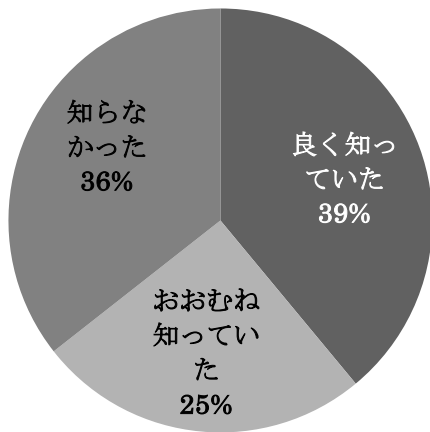
今回の参加者の方々からいただいたアンケート結果を以下のとおりお知らせいたします。

＜アンケート集計結果＞

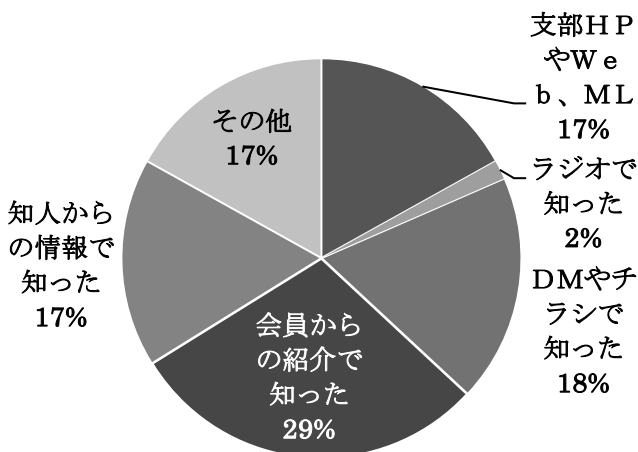
来場者数 85名(申込101名)

アンケート回答59名 回答率69.4%

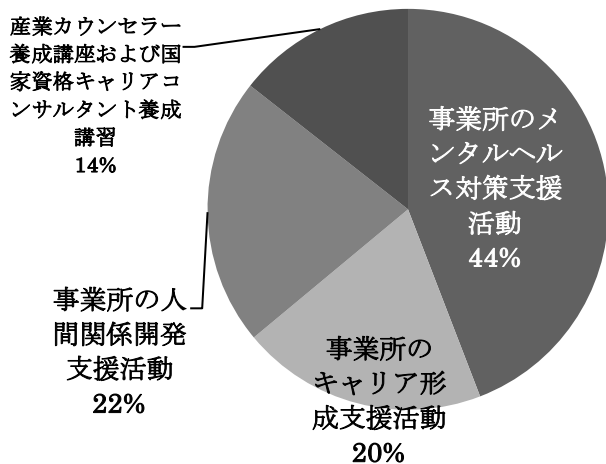
◆一般法人日本産業カウンセラー協会をご存知でしたか？



◆今回の公開セミナーはどのようにしてお知りになりましたか。(複数回答可)



◆日本産業カウンセラー協会のどのような活動に興味をお持ちですか。(複数回答可)



◆今回の公開セミナーについてのご意見やご要望をお聞かせ下さい。

- 資格は持っていませんが仕事柄、事業所のメンタルヘルス支援について興味があり参加しました。自分自身の悩みにも気づくことができました。ありがとうございました。
- このような素晴らしい機会を無料で提供くださりまして、本当にありがとうございます。また参加したいです。カウンセラー養成講座にも興味をもちました。
- 当社でのストレスチェック制度をスタートさせる所で今準備段階であり、今回のお話を役立てて従業員、会社にとって有益なものにしていきたいと考えます。
- 素因・環境因うなづけるものがありました。とても難しかったですが勉強になりました。もう少しの時間聞きたかったです。
- 大変興味ある講座でした。お話しもわかりやすくストレスチェックの周知もしたいと思いました。
- 新入社員の中にも発達障害？と思われる行動のかたがいて、これから支援する言葉に気をつけたい。
- いろいろな面で身近にある問題でとても参考になりました。自分自身の問題、周囲の問題としてとらえることが出来ました。機会がありましたらまたぜひ参加したいです。
- 今後もこのようなセミナーに参加したいと思います。次回も開催されることを期待しています。スタッフの皆様お疲れ様でした。



世界自殺予防デー

キャンペーン活動と

岩手事務所で

「働く人の心相談室」

の対応をいたしました。

例年おこなっております盛岡駅構内での世界自殺予防デーのキャンペーン活動のポケットティッシュ配りを、今年も行いま



した。今年の自殺予防デーは土曜日のため、前倒しの日程となり、9月9日（金）に行いました。

今年は今までで一番少ない人数の5人で行い、広い盛岡駅で皆さん汗だくで配りました。ご協力いただいた、会員の方々、本当にお疲れさまでした。



ティッシュ配りの活動後、そのまま、岩手事務所において3日間、電話相談対応をおこないました。

今年の相談傾向は、職場の人間関係、不応、パワハラ、モラハラ、大人の発達障害に関するものなどが多くありました。

ボランティアで電話相談対応いただいた会員の皆さん、大変お疲れさまでした。



～*～*～*～*～*～*～*～*～*～*～*～*～*～*～*～*

あなたの会社も 賛助会員になりませんか？

【加入資格】
当協会の事業に賛同する企業・団体
【会費】

年会費：1口50,000円

東北支部のみの特典もございます。

1. カウンセリングサービス、研修、教育等
- 従業員の方々に対する、カウンセリング・社内教育・研修講演、他ご要望の対応
 - 当該企業の主催によるメンタルヘルス研修会への講師を年1回無料派遣。
 - 他、特典多数

是非、入会のご検討を
お願いいたします、



～*～*～*～*～*～*～*～*～*～*～*～*～*～*～*～*

<つづやき>

早く涼しくなつてほしい・・・と思っていた夏もあつという間にすぎ、やっと朝晩涼しくなりましたね。今年の夏は、ストレス解消と夏バテ防止をかねて、「フルーツ酢」作りに挑戦しました。老廃物を除去する働きがあり、生活習慣病に効果があると聞いてブルーベリーを産直で調達し作ってみました。お風呂上りのビールの代わりに、自分で作った「ブルーベリー酢」を炭酸で割ってお風呂上りに一杯・・・健康的な夏を過ごしました。

(ミッシェル)

(一社)日本産業カウンセラー協会東北支部
岩手事務所

〒020-0025

住所 岩手県盛岡市大沢川原二丁目5-25

電話 019-681-0380

FAX 019-681-0381

e-mail jica-iwate@lion.ocn.ne.jp