

9月27日（水曜）メンタルヘルスセミナーを開催しました

千代田区平河町の厚生会館（組合本部所在地）で開催し、46事業所 66名の多くの方が参加してくださいました



講演

～エビデンスに基づくメンタルヘルス予防活動～



一般社団法人日本うつ病センター理事
北里大学大学院医療系研究科産業精神保健学教授
田中克俊先生

参加者のご意見

- ・セミナーは大変、参考になった
- ・引き続きセミナーを開催してほしい
- ・具体的事例や建設業をテーマにしてほしいなど



講演

～産業医と主治医の連携をめぐる問題～



一般社団法人日本うつ病センター副理事長
六番町メンタルクリニック所長
野村 総一郎先生

会場の様子



よい睡眠を得るための一つの方法として芳香浴法をご案内し、講演中はリラックスして集中力があがるアロマを使用いたしました

展示風景



会場では、アロマセラピーや栄養に関する展示も行いました

事業所と東京健康支援室の保健師、管理栄養士が共同で取り組む**ヘルスアップチャレンジ**にご参加いただけます
また、健康・栄養に係る教育・相談や健康診断後の指導も承りますので、ぜひお申込みください

【お申込み・お問い合わせ先】
東京健康支援室
Tel.03-3264-4740