

平成26年度

参 加 無 料

# 埼玉県労働セミナー

## 所沢会場

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。



### ■テーマ

## 目指そう！働きやすい職場環境 ～メンタルヘルス対策とワーク・ライフ・バランスの推進～

近年、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おり、職場環境の改善が求められています。一方で、労働形態や勤務時間など働き方が多様化するとともに、育児・介護・自己啓発等の個人の時間も多様化しており、ワーク・ライフ・バランスが重要視されています。

本セミナーでは、職場におけるストレス要因の解明と効果的な予防対策のポイントを示すとともに、ワーク・ライフ・バランスの実現に向けた取り組みについて解説します。

### Part1 1月20日(火)

#### 「職場のメンタルヘルス」

- 職場におけるストレス要因
- セルフケア・ラインケアによる予防・対処法
- いきいき職場をどう作るか

講  
師

国際 EAP コンサルタント・  
産業カウンセラー

みやがわ こういち

宮川 浩一 氏



### Part2 1月27日(火)

#### 「ワーク・ライフ・バランスの推進」

- ワーク・ライフ・バランスの実現に向けた  
国の取り組み/企業の取り組み/働く人の取  
組み

講  
師

社会保険労務士・  
中小企業診断士

ひ の まさのり

樋野 昌法 氏



会  
場

所沢市役所 低層棟  
3F 全員協議会室

時  
間

14:00~16:00

(13:30受付開始)

定  
員

50 名

※1日のみのお申込みも可能です。

お申込み・お問い合わせ先については裏面をご覧ください。

●主催● 埼玉県労働セミナー運営委員会（埼玉県・連合埼玉・埼玉県経営者協会）・所沢市

# 平成26年度 埼玉県労働セミナー【所沢会場】

「目指そう！働きやすい職場環境～メンタルヘルス対策とワーク・ライフバランスの推進～」

## 会場のご案内

### 所沢市役所 低層棟 3F 全員協議会室

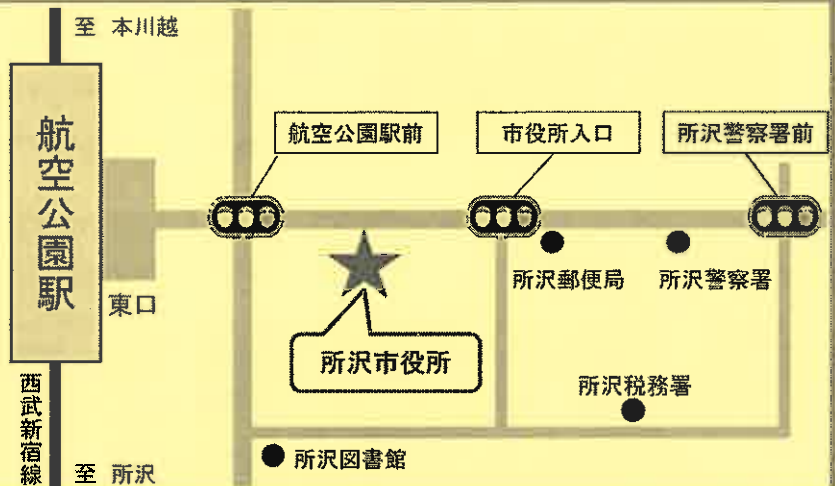
■ 359-8501

所沢市並木一丁目1番地の1

■ 西武新宿線

航空公園駅東口から徒歩3分

会場へは公共交通機関をご利用ください。



## ●お申込み・お問い合わせ先

埼玉県 産業労働部 勤労者福祉課 (埼玉県労働セミナー運営委員会 事務局)

電話・FAX・インターネットで受付

TEL 048-830-4518 FAX 048-830-4850

URL <http://www.pref.saitama.lg.jp/site/rodoseminar>



## ●ご注意

悪天候や交通機関の運行の影響により、開催を中止することがあります。中止となる場合は、上記ホームページでお知らせいたします。(原則開始2時間前に発表)

平成26年度 埼玉県労働セミナー【所沢会場】 FAX用申込書

埼玉県 産業労働部 勤労者福祉課 あて

FAX: 048-830-4850

|                 |          |          |                 |          |     |
|-----------------|----------|----------|-----------------|----------|-----|
| フリガナ            |          |          |                 | 区分(○で囲む) |     |
| お名前             | (男・女)    | 勤労者      | 事業者             | 就活中      | その他 |
| お住まい            | 市・町・村    | 電話番号     |                 |          |     |
| 受講希望日<br>(○で囲む) | 1月20日(火) | 1月27日(火) | どちらか1日の受講も可能です。 |          |     |
| 備考欄             |          |          |                 |          |     |

※御記入いただいた個人情報は、当講座の実施に関すること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、主催者から御連絡いたします。