

職場の人間関係のストレス、

キャリアの不安、仕事と家庭のバランス：

無理を重ねて心身に負担をかけていませんか？

働く女性のストレスを女性の視点で考えます。

自信を持ってイキイキと働くためのエッセンスが

いっぱいこの講演会です。

# 働く女性のためのメンタルヘルス 自信が持てるココ3の保ちかた

日時：平成27年12月2日(水) 午後7時00分～8時40分  
(受付開始 6時30分)

講師：荒木 葉子さん(荒木労働衛生コンサルタント事務所所長・医学博士)



## プロフィール

慶應義塾大学医学部卒。カリフォルニア大学サンフランシスコ校留学後、報知新聞社産業医、NTT東日本首都圏健康管理センタ東京健康管理センタ所長、慶應義塾大学医学部客員講師を経て、2006年より荒木労働衛生コンサルタント事務所所長。2008年から2011年まで東京医科歯科大学女性研究者支援室特任教授兼務。著作「働く女性たちのウェルネスブック」「あなたらしいキャリアを創ろうー日本女医会からのメッセージー」「ワークライフバランスー今日から変わる入門講座ー」「もっと知ろう!セクシャルハラスメント」「性差医学入門」「女性たちの医療革命」「女性のウェルネスガイド」など多数

- ◆会場 東京ウィメンズプラザ ホール(B1F)
- ◆対象 都内で働いている女性、女性のメンタルヘルス支援に携わる方
- ◆定員 150名(参加費 無料)

申込み・問合せ等については裏面をご覧ください。

# 平成27年度 働く女性のメンタルヘルス講演会

## 働く女性のためのメンタルヘルス – 自信が持てるココロの保ちかた –

- ◆日時 平成27年12月2日(水)  
午後7時00分～8時40分(受付開始6時30分)
- ◆会場 東京ウィメンズプラザ ホール(B1F)
- ◆定員 150名(参加費 無料)
- ◆申込方法

下記申込書の内容をFAX、E-mail、またはハガキで「働く女性のメンタルヘルス講演会 申込み」と明記の上、お申込みください。東京ウィメンズプラザのホームページからもお申込みできます。

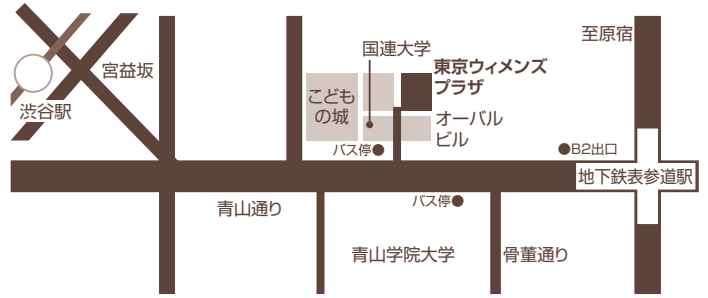


東京ウィメンズプラザ 検索

- ◆締切り 平成27年11月18日(水)<受信・消印有効>  
※ご参加いただけない場合のみ、こちらから連絡をさせていただきます。  
※申込みが定員に満たない場合は、当日参加も可能ですのでお問い合わせください。
- ◆保育 1歳以上就学前まで(先着12名)  
※申込みは11月18日(水)まで

<申込み・問合せ先>

東京都生活文化局都民生活部 東京ウィメンズプラザ  
事業推進係「働く女性のメンタルヘルス講演会」担当  
〒150-0001 渋谷区神宮前 5-53-67  
TEL 03-5467-1980 FAX 03-5467-1977  
E-mail : wkoza@tokyo-womens-plaza.metro.tokyo.jp



- JR・東急東横線・京王井の頭線・副都心線 渋谷駅下車 徒歩12分
- 銀座線・半蔵門線・千代田線 表参道駅下車 徒歩7分

### 申込書

### 東京ウィメンズプラザ 事業推進係行

\*印は必須事項です。

FAX 03-5467-1977

送信日： 月 日

ふりがな 氏名*						性別	
職業 勤務先等							
連絡先*	TEL :	FAX :					
	E-mail :	@					
年代	10代	20代	30代	40代	50代	60代以上	
保育 (1歳以上 就学前まで)	○をお付けください。		保育を希望されるお子様について				
	・希望する	・希望しない	ふりがな 氏名 (	) 年齢 ( 歳 ヶ月)			
講演会を知った方法	チラシ	・ 広報東京都	・ HP	・ メルマガ	・ Twitter	・ Facebook	・ その他

<さしつかえなければお答えください>

・今一番気になることは?

- 職場の人間関係      ○仕事の内容、量      ○家庭(家族)のこと      ○心身の健康状態  
○その他 ( )

・講師に聞いてみたいことは?

※個人情報は、講演会の運営目的のみに使用し、他の目的で使用することはありません。