

WEBサイト「TOKYOはたらくネット」内「職場のメンタルヘルス対策推進事業」ページにも情報を掲載しております。
本リーフレットに記載されているもの以外にも、協力セミナー等を随時更新していきますので、ぜひご覧ください。

●使用者・管理者向け

団体名	事業内容	対象者	開催日	会場、問い合わせ先
東京商工会議所	人事・労務相談 (就業規則、残業代、解雇手続、メンタルヘルス等) 人事・労務について外部に相談できる先をお持ちでない中小企業経営者、労務担当者の方向けの個別相談です。	中小企業経営者、 人事労務担当者	9月5日(木) 9月19日(木) 13:00~17:00	BIZ新宿(新宿区立産業会館)4F (東京メトロ「西新宿駅」E5出口 徒歩5分) 東京商工会議所 ビジネスサポートデスク(東京西) ☎03(4346)1961
公益財団法人 東京都中小企業 振興公社	メンタルヘルス推進リーダー養成講座 <東京都委託事業> 都内中小企業でメンタルヘルス対策を推進する中核となる リーダーを、体系的な講義を通じて養成する講座です。	都内中小企業の企 業内メンタルヘル ス対策担当者(経 営者、管理職、人 事労務担当者等)	初級 10/3,11/7 他2日間 中級 10/7,11/11 他2日間 (各回共通: 13:00~17:00) (詳細は東京都中 小企業振興公社のホーム ページにて ご確認ください。)	東京都中小企業振興公社本社 会議室 (JR「秋葉原駅」徒歩1分) 総合支援部企業人材支援課福利厚生係 ☎03(3251)7905
公益財団法人 日本生産性本部	職場のメンタルケア・マネジメント実践コース(有料) 管理者・リーダーとしてメンタルヘルスの未然防止、早期発 見、職場復帰への対応をマネジメントの観点から学びます。 メンタルヘルスの基礎知識(ラインケア)を習得されている 方向けの内容です。	管理者、 人事・研修担当者	10月8日(火)	日本生産性本部ビル セミナー室 (各線永田町駅4番出口 徒歩5分) 他 (※詳細は日本生産性本部ホームページ にてご確認ください) ☎03(3511)4030
公益財団法人 東京都中小企業 振興公社	働く人の心の健康づくり講座(ラインケア) <東京都委託事業> メンタルヘルスに対する基礎知識や対応方法について学ぶこ と(ラインケア)を目的とした実践的な講座です。	都内中小企業の管 理監督者または人 事労務担当者等	①10月25日(金)、 ②11月8日(金) (各回共通: 13:00~17:00)	東京都中小企業振興公社本社 会議室 (JR「秋葉原駅」徒歩1分) 総合支援部企業人材支援課福利厚生係 ☎03(3251)7905
東京都立中部総合精神 保健福祉センター/ 独立行政法人高齢・障 害・求職者雇用支援機構 東京支部 東京障害者 職業センター	第12回 うつ病休職者の職場復帰支援を考えるフォーラム 「産業医が活躍・活かせる職場」 うつ病休職者への円滑な職場復帰支援に関する報告や、支援 者への情報提供を行います。	都内企業・自治体の メンタルヘルス、 人事・総務担当者	10月30日(水) 12:30~16:00	北沢タウンホール (小田急線・京王井の頭線「北沢駅」 下車徒歩5分) 東京都立中部総合精神保健福祉センター 広報援助課計画調査担当 ☎03(3302)7702
東京労働局	産業保健フォーラム IN TOKYO2019 労働者のこころと体の健康確保に係る各種情報を提供します。 事業者及び労働者自身にその重要性を認識していただくこと も、職場における産業保健活動の効果的推進を図ります。	東京都内の事業主、 人事労務担当者、安 全衛生担当者等	10月2日(水) 10:30~16:00	ティアラこうとう (各線「住吉駅」A4出口 徒歩4分) 東京労働局労働基準部健康課 ☎03(3512)1616
公益財団法人 日本生産性本部	職場のメンタルケア・マネジメント基礎コース(有料) マネジメントの視点からメンタルヘルスを学びます。具体的 にはメンタルヘルスのラインケアの正しい知識の理解、職場 内におけるメンタル不全者の早期発見のポイント、予防のた めのマネジメントスキルを中心に学習する講座です。また、 いきいきとした職場づくり、人がいきいきと働くための条件 についても学びます。	管理者、 労働組合役員、 人事・研修担当者等	11月5日(火)	日本生産性本部ビル セミナー室 (各線永田町駅4番出口 徒歩4分) 他 (※詳細は日本生産性本部ホームページ にてご確認ください) ☎03(3511)4030

●労働者向け

団体名	事業内容	対象者	開催日	会場、問い合わせ先
東京都 労働相談情報センター	「心の健康相談」 東京都労働相談情報センターでは、臨床心理士等の「心の健 康相談員」が職場における心の悩みに関する相談に応じてい ます。	都内在住・在勤の方	第1~第4 火・水曜日 第1・第3水曜日 第2・第4金曜日 第2・第4水曜日 第2・第4木曜日 第1~第4金曜日 第2・第4木曜日	労働相談情報センター(飯田橋) ☎03(3265)6110 大崎事務所 ☎03(3495)6110 池袋事務所 ☎03(5954)6110 亀戸事務所 ☎03(3637)6110 国分寺事務所 ☎042(321)6110 八王子事務所 ☎042(645)6110 ※相談時間はセンター・各事務所とも午後2時~5時。要予約。
公益財団法人 東京都中小企業 振興公社	働く人の心の健康づくり講座(セルフケア) <東京都委託事業> メンタルヘルスに対する基礎知識の習得とストレスへの対処 法について学ぶこと(セルフケア)を目的とした講座です。	都内在住又は働 で、中小企業にお 勤めの方	10月30日(水) 13:00~17:00	東京都中小企業振興公社本社 会議室 (JR「秋葉原駅」徒歩1分) 総合支援部企業人材支援課福利厚生係 ☎03(3251)7905
日本労働組合総連合会 東京都連合会 (連合東京)	メンタルヘルス対策セミナー「職場環境改善について」 メンタルヘルス対策に関連する取組や対応方法について学び ます。	【会員限定】 連合東京構成組織 組合員	9月中のいずれか (※詳細は連合東京ホーム ページにてご確認ください)	連合東京 会議室 (JR「田町駅」芝浦口 徒歩3分) 労働局 ☎03(5444)0510

※特に記載のないものについては、要予約&参加費無料となっております。
※各セミナーのお問合せ&詳細は各団体のホームページをご確認ください。
※一部事業は主催者団体会員の方のみ対象となっております。
※お問合せの時点で募集を締め切っている場合がございます。予めご了承ください。

東京都では、就職の機会均等を確保するために、本人の適性と能力に基づく公正な採用選考を実施するよう事業主の皆様のご理解と
ご協力をお願いしています。詳細は、<http://www.hataraku.metro.tokyo.jp/kaizen/kosei/>をご覧ください。

職場のメンタルヘルス対策推進事業



9月1日~11月30日

職場のメンタルヘルス対策 推進キャンペーンを 実施します!

期間中は、様々な機関や団体等がキャンペーン協力事業として
メンタルヘルス対策支援セミナー等を多数実施します!
詳細は裏面をご覧ください!

ポジティブメンタルヘルス シンポジウム&相談会

日時：令和元年11月20日(水) 13:00開場
会場：日経ホール(千代田区大手町1-3-7)
対象：企業経営者・管理監督者・人事労務担当者等

参加費無料!
HPにて事前
申込受付中!

働くすべての人が心もからだも健康で、いきいきと充実して働き、
生産性の高い企業を目指す!
それが“ポジティブメンタルヘルス”です!

お問合せ先：東京都産業労働局雇用就業部労働環境課 TEL 03(5320)4652
お申込・詳細：<http://www.hataraku.metro.tokyo.jp/kaizen/mental/suishin/>

職場のメンタルヘルス対策推進事業



主催：東京都
 後援：東京労働局、東京産業保健総合支援センター、東京商工会議所、東京都商工会連合会、
 (一社)東京経営者協会、東京都中小企業団体中央会、東京中小企業家同友会、(一社)東京工業団体連合会、
 日本労働組合総連合会東京都連合会、東京地方労働組合評議会、(公財)日本生産性本部、
 (公財)21世紀職業財団、(独)労働政策研究・研修機構、(公財)東京都中小企業振興公社、(公財)東京しごと財団

“ポジティブメンタルヘルス”とは？

働くすべての人が心もからだも健康で、いきいきと充実して働き、組織を活性化する取組

参加費無料！
お申込みはHPから！

ポジティブメンタルヘルスシンポジウム

日にち 令和元年11月20日(水) 時間 13:30~17:00

対象 企業経営者・管理監督者・人事労務担当者等 定員 600名

13:30~ 基調講演

“ポジティブ”なメンタルヘルス対策で、人も組織も活性化

働くすべての人が心もからだも健康で、仕事から活力を得ていきいきと働く環境を整備する「ポジティブメンタルヘルス」対策は、従業員の健康増進と企業の生産性向上を両立させることから、目まぐるしく変化する社会経済状況に対応していくうえで重要な取組といえます。

講演では慶應義塾大学総合政策学部教授の島津明人氏に、そうした“ポジティブ”なメンタルヘルス対策について、現場での取組事例を交えながらお話しいたします。



島津 明人 氏

慶應義塾大学
総合政策学部 教授
島津 明人 氏

プロフィール
早稲田大学大学院文学研究科心理学専攻博士後期課程修了。
博士(文学)・臨床心理士・公認心理師。
早稲田大学文学部・助手、広島大学・専任講師、助教授、オランダユトレヒト大学社会科学部社会・組織心理学科客員研究員、東京大学大学院医学系研究科精神保健学分野 准教授及び北里大学一般教育部人間科学教育センター 教授を経て、2019年4月より現職。

14:55~ パネルディスカッション

健康でいきいきと働ける職場づくり： ポジティブメンタルヘルス対策における睡眠の重要性

従業員一人ひとりが健康でいきいきと働く職場づくりを進めていくために、メンタルヘルス対策における睡眠の重要性や、十分な休息がもたらす生産性向上による経営力の強化等について、労働安全衛生総合研究所で産業睡眠医学を専門に研究を行っている高橋正也氏にお話しいたします。

パネリスト

- 島津 明人 氏
- 独立行政法人労働者健康安全機構
労働安全衛生総合研究所
過労死等防止調査研究センター
センター長 高橋 正也 氏
- ポジティブメンタルヘルスに取り組む
都内企業2社(予定)

モデレーター

- 社会保険労務士法人 中村・中辻事務所
代表社員
特定社会保険労務士・産業カウンセラー
中辻 めぐみ 氏

高橋 正也氏プロフィール
東京学芸大学教育学部を卒業後、1990年より労働省産業医学総合研究所(現・労働安全衛生総合研究所)に勤務し、2000年に群馬大学医学部で医学博士号を取得。米国ハーバード大学医学部ブリガムアンドウィメンズ病院・睡眠医学科への留学や労働安全衛生総合研究所上席研究員、同部長を経て、2019年4月より現職。



高橋 正也 氏

中辻 めぐみ氏プロフィール
大分労働基準局に労働事務官(当時)として入局。労災保険業務に携わり「脳・心臓疾患」「精神障害等」の給付業務を行う。現在は「メンタルヘルス」「安全衛生部門」「セクハラ・パワハラ」「過重労働対策」を中心に企業に向けてコンサルティンクを行っている。



中辻 めぐみ 氏

“ポジティブメンタルヘルス”を 実践する3つの取組

- ① 社員一人ひとりの業務状況・健康状態について理解し、改善するための取組
- ② 信頼関係を構築し、組織力を高めるための社内コミュニケーション向上の取組
- ③ 社員自らやりがいを感じ、仕事から活力を得られる環境づくりを進める取組

相談無料!! 個別相談会(同時開催)

日にち 令和元年11月20日(水) 対象 企業経営者・管理監督者・人事労務担当者等

産業カウンセラー等の専門家が、職場内におけるメンタルヘルス対策の具体的な進め方や、個別事例への対応方法等についてご相談に応じます。

《予約相談会》時間▶17:10~18:40

先着順18社まで
(要予約/HPからお申込ください)

【第1回目】17:10~17:50 } 相談時間
【第2回目】18:00~18:40 } 40分/1社

★★こんな内容をご相談いただけます★★

社内でメンタルヘルス
推進担当になったが、
何から始めたらよいのか
わからない!

メンタルヘルス対策を整備するのに利用できる
公的支援サービスについて知りたい!

メンタルヘルス不調の
未然防止に役立つ方法に
ついて知りたい!

休職から職場復帰、再発防止に
向けた社内体制を整備したい!

※相談会のみ参加は出来ません。シンポジウムと併せてお申込みください。

【シンポジウム&相談会に関するお申込方法】

東京都の雇用就業に関する総合 WEB サイト「TOKYO はたらくネット」内、「職場のメンタルヘルス対策推進事業」ページにてお申込を受けております。

URL : <http://www.hataraku.metro.tokyo.jp/kaizen/mental/suishin>

職場のメンタルヘルス対策推進事業

検索



【本事業に関するお問合せ】

東京都産業労働局雇用就業部労働環境課
TEL 03-5320-4652
FAX 03-5388-1469
(受付時間 9:00~17:00)



会場：日経ホール 東京都千代田区大手町1-3-7
日経ビル(ホール入口：3階)

地下鉄「大手町駅」下車C2b出口直結

東京メトロ

- ◆ 千代田線「大手町駅」神田橋方面改札より徒歩約2分
- ◆ 丸ノ内線「大手町駅」サンケイ前交差点方面改札より徒歩約5分
- ◆ 半蔵門線「大手町駅」皇居方面改札より徒歩約5分
- ◆ 東西線「大手町駅」中央改札より徒歩約9分
「竹橋駅」4番出口より徒歩約2分

都営地下鉄

- ◆ 三田線「大手町駅」大手町方面改札より徒歩約6分

※本事業に関する会場への直接のお問い合わせはご遠慮ください。



※ビル名称等は2018年12月1日付の名称です。