令和8年度

主催：川越市（雇用支援課）

# 川越市労働セミナー



## 事業主・人事・従業員でつくる
## 「働きやすさ」と「成果」が両立する職場

～お互いのサインに気づき、支え合うメンタルヘルス対策～

## 講義内容

「職業性ストレスモデル」(米国立労働安全衛生研究所)から考える

- ○　ストレスを生みにくい職場をつくる ～「職場のストレス要因」への対策
- ○　一人ひとりの「働く力」を高める ～「個人的要因」へのアプローチ
- ○　ストレスを一人で抱え込ませない ～「緩衝要因」を強くする
- ○　「いつもと違う」に早く気づく ～「急性ストレス反応」への対応



産業カウンセラー・キャリアコンサルタント

### 古木 孝典 氏

＜プロフィール＞

日本キャリアート株式会社代表取締役社長
「人生100年時代の社会人基礎力」（経済産業省提唱）に準拠した人材育成事業に取り組んでいる。
全国の民間企業・官公庁・大学等にて3,300回以上のセミナーに登壇している。

| | |
|---|---|
| 開催日 | 令和９年１月２６日(火) 午後６時30分～午後８時00分<br>（午後６時00分　受付開始） |
| 申し込み | 令和８年１１月１６日(月) 午前１０時から<br>お申し込みは**電子申請**または**電話** |
| 開催場所 | 川越市民サービスステーション内会議室（U_PLACE ３階） |
| 対象者 | 主に事業主・人事労務担当者・勤労者・その他関心のある方 |
| 定　員 | ４０人（先着順） |

**＊申込詳細は裏面へ**

## お申し込み方法（電子申請又はお電話をお願いします）

**右の二次元コードからお申込みください！**

**川越市のホームページからもお申込みいただけます**

**川越市労働セミナー　事業主・人事・従業員でつくる「働きやすさ」と「成果」が両立する職場**

**検　索**

**申込期限：令和９年１月２５日(月)１７時まで**

※　入力して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



**TEL 049-238-6702**

（川越市　雇用支援課）

## 令和７年度参加者の声

自分自身を大切にするきっかけに
「まずは自分を大切にしていきたいと思いました。」

リピーターの方からも好評
「昨年度も出席して、講師の方がとても良く再受講しました。内容もアップデートされていて良かったです。」

## 注　意　事　項

- 当日 体調不良の方は 参加をご遠慮ください
- キャンセルや遅刻をする場合は ご連絡ください
- ご希望の方には 受講証明書を発行します！

### お問い合わせ

**川越市　産業観光部　雇用支援課**
**〒350-1123　川越市脇田本町8番地1**
**U_PLACE3階　川越市民サービスステーション内**

**電話　049-238-6702（直通）**
**FAX　049-238-6703**



**主催：川越市（雇用支援課）**

**後援：川越商工会議所　川越市勤労者福祉サービスセンター**