

令和7年度

川越市労働セミナー

主催：川越市（雇用支援課）

職場における メンタルヘルス対策セミナー ～できることからすぐ実行、即行動～



講義内容

安心して働ける職場づくりを目指す方向け

- 厚生労働省が示すセルフケア・ラインケアとは
- ストレスからメンタル不調に至るプロセス（米国立労働安全衛生研究所作成）
- 風通しが良く、心理的安全性が高い職場づくり
- ストレスに強い人の前向きな考え方（成長・貢献の視点）



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3,300回以上のセミナーに登壇している。

開催日

令和8年1月16日(金) 午後6時30分～午後8時00分
(午後6時00分 受付開始)

申し込み

令和7年11月6日(木) 午前10時から
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）

*詳しくは川越市ホームページをご覧ください



※申込期限：令和8年1月15日(木)まで

【右の二次元コード】または

職場におけるメンタルヘルス対策セミナー

検 索



TEL 049-238-6702

※ 入力していただいた個人情報は、当講座の実施に関する以外には使用いたしません。



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！

お問い合わせ先

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 P L A C E 3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

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