

平成16年5月28日

報道機関 各位

情報化推進部情報企画課長  
河野 登

## こころの健康セミナーの開催について テーマ「働く人のこころの健康とストレス」

広島大学大学院教育学研究科の附属心理臨床教育研究センターでは、7月3日（土）に、地域の方や企業の人事労務担当者などを対象とした「こころの健康セミナー」を開催しますのでお知らせします。

詳細については、別紙ポスターをご覧ください。

### セミナー開催の趣旨・目的

わが国の就業者数は6381万人であり、日本の人口の約半分が何らかの職業に就いている。そのうち、61.5%の就業者が自分の仕事や職業生活に関して「強い不安、悩み、ストレスがある」と回答しており（厚生労働省 2003）、就業者にとってストレスやメンタルヘルスの問題は看過できない状態にある。これに伴い、現在の職場のメンタルヘルス活動も、精神疾患を有する一部の従業員の治療や職場復帰だけでなく、従業員全体を対象としたストレス対策も同時に行うことが重要になっている。

本セミナーでは、働く人のこころの健康とその対策がなぜ重要なのかについて、その背景と現状を紹介した上で、事務所でやっているメンタルヘルス（ストレス）対策の事例と、従業員一人ひとりが個人でできるセルフケアの方法を紹介し、こころの健康に関する知識と意識の向上を図ることを目的とする。

広島大学大学院教育学研究科  
附属心理臨床教育研究センター長 利島 保

#### 【問い合わせ先】

広島大学大学院教育学研究科  
附属心理臨床教育研究センター助手 中村  
TEL: (082) 424-6765

(ダイヤルイン)

[発信枚数; A4版 2枚(本票含む)]

・[セミナープログラム](#) (pdf形式)  
<心理臨床教育研究センターHP内へのリンク>

