

ストレスチェック制度を活用し、職場を元気にしてみましょう

# 「セルフケア支援」& 「職場環境改善」の進め方



## 厚生労働省の研究班の成果物（マニュアル・手引き）を ご案内・解説します

「ストレスチェックも3年目。そろそろ何か本格的に行いたいけど、何をしていたかわからない」。  
ストレスチェック制度の運用が安定し始めた今、このようなお声が多く聞かれます。

ストレスチェック制度の目的は「セルフケア支援」と「職場環境改善」にあります。

この度、事業所での効果的な活用を目指し、平成27年からスタートした厚生労働省の研究班の  
成果物として新しいマニュアルが出されました。今回のセミナーでは研究に携わった2名の先生が直  
接解説をいたします。

※5月に熊本にて開催されました「第91回日本産業衛生学会」のメインシンポジウムでも発表され、  
産業保健スタッフの大きな関心事となりました。

### このような企業・団体様にお勧めいたします

- 個人結果、集団分析結果をどのように活用すれば良いか悩んでいる
- 医師の面談指導希望者以外の従業員がフォローできていない
- 結果分析はたくさん行っているが、結果を職場に展開できていない

**参加費  
無料**

### 【セミナープログラム】

第1部  
産業保健スタッフのためのセルフケア支援マニュアル  
～ストレスチェックと連動した面接の進め方～

第2部  
ストレスチェック制度を利用した職場環境改善  
スタートのための手引きの活用

第3部  
ストレスチェック後のフォローサービスのご案内

### 【日時】

大阪 9月19日(水)

札幌 9月26日(水)

福岡 10月3日(水)

東京 10月10日(水)

※開始時間はいずれも13:30～16:30  
(受付は各会場13:00より行います)

## セミナースケジュール

## 講師プロフィール

### 内容

#### 第1部

#### 産業保健スタッフのためのセルフケア支援マニュアル ～ストレスチェックと連動した面接の進め方～

##### 【東京・大阪会場】

北里大学 一般教育部 人間科学教育センター  
教授 島津 明人先生

##### 【札幌・福岡会場】

株式会社Ds'sメンタルヘルス・ラボ  
代表 原 雄二郎先生（精神科医・産業医）

#### 第2部

#### ストレスチェック制度を利用した職場環境改善 スタートのための手引きの活用

東京医科大学 公衆衛生学分野  
講師 小田切 優子先生

#### 第3部

#### ストレスチェック後のフォローサービスのご案内

#### 島津 明人先生

早稲田大学第一文学部、同大学院文学研究科卒業。博士（文学）、臨床心理士。早稲田大学助手、広島大学専任講師、同助教授、ユトレヒト大学客員研究員、東京大学大学院 医学系研究科 精神保健学分野 准教授等を経て、2017年より現職。専攻は精神保健学、産業保健心理学。主な著書に『ワーク・エンゲイジメント：ポジティブメンタルヘルスで活力ある毎日』(労働調査会)、『産業保健スタッフのためのセルフケア支援マニュアル:ストレスチェックと連動した相談の進め方』(誠信書房) など。

#### 原 雄二郎先生

精神保健指定医、精神神経学会専門医、日本小児精神神経学会認定医、日本医師会認定産業医、MPH(公衆衛生学修士)。金沢大学卒業後、東京女子医科大学病院、東京都立松沢病院、東京都立広尾病院勤務を経て、東京大学大学院に入学。卒業後、同大学院医学系研究科精神保健学分野客員研究員。同教室と連携し、株式会社Ds'sメンタルヘルス・ラボを設立、共同代表に就任し、現在に至る。

#### 小田切 優子先生

東京医科大学卒。博士（医学）。東京医科大学八王子医療センター、財団法人東京都健康推進財団東京都健康づくり推進センターを経て2000年より現職。日本公衆衛生学会認定公衆衛生専門家、日本医師会認定産業医、社会医学系専門医制度指導医、日本ストレス学会理事等。

## セミナー会場

#### 札幌会場・

#### ホテルオークラ 札幌

北海道札幌市中央区南1条西5丁目（地下鉄「大通駅」徒歩1分）

#### 東京会場・

#### トラストシティカンファレンス丸の内

東京都千代田区丸の内1-8-1 丸の内トラストタワーN館11階（JR「東京駅」日本橋口 徒歩1分）

#### 大阪会場・

#### グランフロント大阪 ナレッジキャピタル カンファレンスルーム B002

大阪府大阪市北区大深町3-1 グランフロント大阪タワー B 10階（JR「大阪駅」中央北口アトリウム広場より連絡デッキ直結）

#### 博多会場・

#### ホテルオークラ 博多

福岡県福岡市博多区下川端町3-2（地下鉄・「中洲川端駅」直結 6番出口徒歩1分）