

アンビシャスグループ北海道 アンビシャス会 慶春の会にて
メンタルヘルスセミナーを開催いたしました。

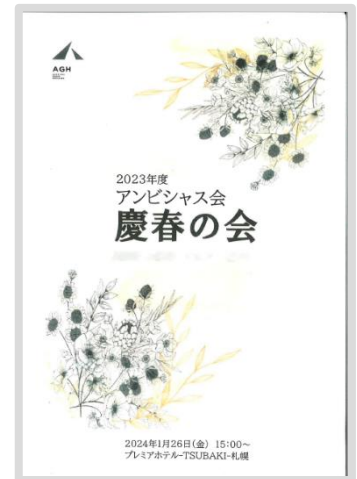
当社で EAP とストレスチェックをお手伝いしておりますトヨタカローラ札幌株式会社さま(本社:札幌市豊平区)のグループ各社さまとお取引先さま等協力会社で構成されている「アンビシャス会」にお招きいただき、特別講演として、令和の時代に留意したい最新のメンタルヘルスの視点やまなざしを、主にハラスメント予防の観点から約 60 分ほどお話をさせていただきました。

【開催概要】

開催日:2024年1月26日(金)16時00分開始

テーマ:令和時代のメンタルヘルス～傷つく人、傷つける人を出さないために～

Today's Banquet Information		
カメラII (地下1階)	アンビシャス会 慶春の会	御
カメラI (地下1階)	アンビシャス会 懇親会	御



札幌市豊平区の会場にお招きいただき、講演を行いました。(左)案内インフォメーション (右)当日のプログラム表紙

アンビシャス会さまでのセミナーのお手伝いは今回で2回目となりました。

ハラスメントとメンタルヘルス問題の因果関係や想定されるケース、行為者と被害者と傍観者の各々の視点に加えてメンタル不調時の疾病理解を深めるための情報も網羅しました。会場の皆さまはメモや記録を取りながら真剣に聴講されている多くの姿が見受けられました。

【よく耳にする疾病④：ストレスが身体に出現する症候群】

【過敏性腸症候群】
検査では腸に腫瘍や炎症などの異常が認められないにもかかわらず、慢性的に下痢や便秘、腹痛などの症状が数か月続く病気。腸の動きや働きが過剰に敏感になっている状態を指します。

【逆流性食道炎】
胃の内容物（主に胃酸）が食道に逆流することにより、食道に炎症を起こす病気。

【睡眠時無呼吸症候群】
睡眠中に何回も無呼吸になってしまう病気。無呼吸状態になることで、一時的とはいえ全身が低酸素状態になります。このため睡眠状態を悪化させるだけでなく、体への負担も大きな病気です。CPAPという呼吸器をつけて就寝する治療が一般的です。

Copyright © 2024 MRC SAPPORO INC. All Rights reserved. Confidential 30

※当日のレジュメの抜粋(転載等禁止)

◆メンタルヘルスのセミナー開催による啓蒙は今や企業の基本行動です！◆

役員さまや管理監督者さまはもちろんのこと、新卒採用時の研修やセミナーでも、メンタルヘルスに関する内容をインストラクションすることは、既に多くの会社さまの基本行動となっており、年間スケジュールにも組み込まれている企業さまも多く見られます。おかげさまで当社のセミナーは「**産業メンタルヘルスの知見が豊富だからこそリアルな内容でインパクトがある**」「**上司の苦しみ、労務担当者の苦労の視点にも多く触れてあり現場を熟知して安心感がある**」とお声もいただいております。ご検討の各社さまはお気軽にお声がけください。



Mail : info@mrc-sapporo.co.jp (24時間年中無休 3営業日以内に返信します)
電話番号 : 011-209-0556(受付時間:月~金 9:00~17:00)
営業時間 : 月~金(9:00~17:00) 土・日(休み)

