

## 【第 194 回産業メンタルヘルス研修会】

### 【WEB 研修会】「中小企業でのメンタルヘルス対策支援」研修会

無料

～働く人のポジティブメンタルヘルス～

#### ★研修のねらい

健康経営や健康いきいき職場づくり、働き方改革など様々な施策を通して、心身ともに健康で働ける職場環境にしていこうと多くの取り組みが行われております。私も積極的に中小企業にポジティブメンタルヘルスを提供して、職場環境改善につなげてまいりました。

さらに、ストレスチェックが全事業所義務化と労働安全衛生法が改正され、メンタルヘルス対策は、小規模事業所も必須の時代に入りました。

メンタルヘルス対策は企業経営において必要不可欠なものであり、どう活かしていくかを考え、それぞれの状態や状況に合わせた対応を進めていく必要があります。法改正も手伝って、最近では小規模事業所での取り組みも増えてまいりました。

今回はこの数年間の企業対応を含めた取り組み事例をお伝えできればと思っております。皆様の企業での健康で生き生きと働くことのできる職場づくりを進める一助になればと思っています。

#### 1 研修会 開催日時・会場及び講師

開催日時	研修会場	担当講師
令和8年4月9日(木) 14:00~16:00	山形産業保健総合支援センター WEB会議システム 『Zoom』	有限会社マイルストーン 代表取締役 八矢 浩 氏

〈講師紹介〉別紙をご覧ください。

#### 2 研修内容等(ポイント)

研修内容(予定)
① ポジティブメンタルヘルスが注目される訳 ② 働く人のポジティブメンタルヘルスを決めるもの ③ 経営として取り組む意味は何か ④ 具体的な取り組み事例 ⑤ ポジティブメンタルヘルス向上のために

#### 3 定員等 先着 40 名です。

#### 4 受講申し込み

当センターHP ([URL:https://www.yamagatas.johas.go.jp/](https://www.yamagatas.johas.go.jp/)) の申し込みフォームよりお申し込みください。受講申し込みの方には、研修開催前の一週間前後に招待メールをお送りいたします。開催日3日前でも届かない場合やご不明な点がございましたら、お手数ですが当センターまでご連絡ください。

〈主催〉 山形産業保健総合支援センター

#### ● お申込み先・お問い合わせ先

独立行政法人労働者健康安全機構 山形産業保健総合支援センター

〒990-0047 山形市旅籠町 3-1-4 食糧会館4階

電話:023-624-5188 FAX:023-624-5250

E-Mail:sanpo06-kenkou@yamagatas.johas.go.jp

URL : <https://www.yamagatas.johas.go.jp/>

#### ● 産業保健に関する窓口相談、実地相談も行っていますので、ご利用下さい。

山形産業保健  
総合支援センター  
二次元バーコード



第194回産業メンタルヘルス研修会 講師プロフィール

講師氏名 はちや ひろし  
八矢 浩 有限会社マイルストーン 代表取締役  
職場のメンタルヘルス専門家

北海道札幌市出身。1990年有限会社マイルストーンを立ち上げ、1993年代表取締役就任。  
1994年仙台へUターンし、広告代理店からイベント・研修企画・運営を行う会社へ事業内容  
を変え、現在に至る。

現在は、中小企業を中心とした職場のメンタルヘルス専門家として、社員研修やメンタルヘルス  
ケア面談・相談などを行いながら、総合的に関わるスタンスが好評を得ている。

また、東日本大震災後、企業研修を通じて、心の活性化をもたらす従業員研修をと考え、企業に  
限らず個人も含めて、適性検査を活用し、自己成長やメンタルヘルスを行うためのサポートを行  
い、セルフケアの大切さを多くの方々に伝え続けている。さらに、ポジティブ心理学を活用した  
ポジティブメンタルヘルスを取り入れ、ワーク・エンゲージメント、レジリエンスのトレーナー・  
研究者として第一次予防への取り組みを行っている。

第1種衛生管理者・心理カウンセラー・EQGA 公認プロファイラー・

健康管理士一般指導員・メンタルヘルス法務主任者・健康経営エキスパートアドバイザー・

東京大学職場のメンタルヘルス専門家養成プログラム修了

日本産業ストレス学会評議員・日本産業保健法学会会員