

## 労研セミナー

オンラインで学ぶ「職場ドック」メンタルヘルスの一次予防にも役立つ

### 参加型の職場改善手法の解説と体験

メンタルヘルスの一次予防策は様々な取り組み方がありますが、よく聞く「職場環境改善」や「参加型」って具体的にはどんなことをすればいいの？QCなどの「改善」とどう違うの？専門家の指導がないとできないの？そんな疑問に「職場ドック」がお答えします。まずは「知る」ところから始めてみませんか。

こんな方にもおすすめ

- ・メンタルヘルスは二次予防、三次予防で一杯。一次予防まで手が回らないし、何をすればいいのか、いまいちわからない。
- ・専門家がいなくても自社で取り組める方策を知りたい。
- ・ストレスチェックはやっているけれど、職場環境改善は努力義務だし、具体的な取り組み方がわからない。

#### セミナー概要

- ・参加型職場環境改善の意義と位置づけ
- ・具体的な手順と便利なツールの紹介
- ・国内外での取り組み事例の紹介

#### 日時

2026年2月19日(木)16:00～17:30

オンラインにて開催いたします。

#### 講演者

特別研究員 竹内由利子

#### 参加費

無料（事前申込制）

（オンデマンド配信 一般：有料 維持会員：無料「割引クーポンコード」を入力が必要です。）

申込先：<https://sankagata2025.peatix.com/>

※維持会員の方のオンデマンド視聴は①、②のいずれかにて、ご対応ください。

- ①「割引クーポンコード」を入力の上、リアルタイム配信の翌日以降に視聴いただく
- ②リアルタイム配信後に、維持会員専用ページにて公開予定がありますので、それまでお

待ちいただく（別途維持会員様向けにご案内を差し上げます）

なお、は、維持会専用ページの「セミナー無料クーポン」をご確認ください。維持会専用ページの ID、パスワードがご不明な場合は、下記「お問い合わせ」よりお尋ねください。