医師・保健師・認定看護師・コメディカル等が訪問します。

出張健康教室

-企業編-

テーマ

「今日から始めるストレス対応と対策
～企業・従業員を守るために～」

出張先

福日機電株式会社

社会福祉法人 恩賜財団 済生会支部
福井県済生会病院

出張 健康教室　企業編

テ　ー　マ　「今日から始めるストレス対応と対策
　　～企業・従業員を守るために～」
講　　師　公認心理師・臨床心理士　車屋知美
日　　時　2024年6月28日（金）　15：10～16：15
場　　所　福日機電株式会社
参加人数　会場：90名（協力会社含む）

福日機電（株）様は、「ふくい健康づくり実践事業所」や「健康経営優良法人2024」に認定され、積極的に健康づくりに取り組んでいる企業です。また、働きやすい職場づくりにも取り組んでおり子育てサポート企業「くるみん」の認定も受けています。そういった中で、企業・従業員を守るためにストレス対策を行っていきたいとのお話をうけ、協力会社の方も招いた「安全衛生大会」の中で健康教室を開催しました。

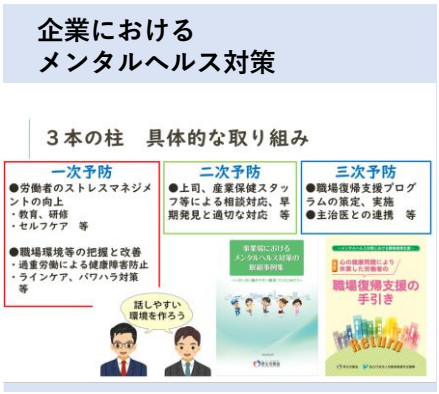
＜教室の概要＞

・まずは、ストレスを抱え込む前に一次予防。「セルフケア」の重要性と方法。
・自身のストレス状態に気づく。「ストレスチェック」をやってみよう。
・ラインケア：仲間からのサポートの影響は大きい。

社長からも、以前から「コミュニケーション」を重要視していることを伺い、その結果が安全確保、質向上、効率化、さらにはストレス対策につながっていると感じました。今回の教室で職場のヘルスケア対策として厚生労働省から公開されている2つの資料が紹介されました。一度参考にしてみてください。

「事業場におけるメンタルヘルス対策の取組事例」「職場復帰支援の手引き」

講師：公認心理師　車屋知美　氏



＜企業概要＞
名　　称　福日機電　株式会社
業務内容　土木工事、電気工事、管工事、鋼構造物工事、機械器具設置工事
　　さく井工事、水道施設工事、消防施設工事
住　　所　福井県福井市河増町9-18-1

実施している健康支援（一部抜粋）
・健康診断受診率100％　・健診補助　・健康教室の開催　・ノー残業デー

その他
子育てサポート企業「くるみん」認定

社会福祉法人 恩賜財団 済生会支部
福井県済生会病院