

佐賀労働局発表  
令和6年1月10日

【照会先】

佐賀労働局 労働基準部 健康安全課  
健康安全課長 貞木 竜成  
副主任地方労働衛生専門官 桑原 務  
(電話)0952-32-7176

## 「心の健康づくりフォーラム」を開催します ー心の健康のために職場と家庭でできることー

佐賀労働局（局長 重河 真弓）は、関係機関とともに、企業や団体の代表者、人事労務担当者、職域・地域のメンタルヘルス関係者、県民のみなさんを対象としたメンタルヘルス関係のフォーラムを毎年開催しています。今回は、「心の健康のために職場と家庭でできること」をテーマとして開催します。

### テーマ『心の健康のために職場と家庭でできること』

新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置づけが2類から5類へ移行し、徐々にコロナ禍前の生活に戻りつつありますが、これまでの経済、雇用、暮らしや健康問題の悪化等様々な要因が重なり、ストレスを抱える者も少なくありません。

このような中、心の健康を保ち、自分らしく社会生活を送ることができるよう「心の健康のために職場と家庭でできること」をテーマに、精神保健福祉関係機関や労働関係機関が協力し、広く県民にストレスへの対処や心の健康づくりについて考える機会となることを目的として、心の健康づくりフォーラムを開催します。

日 時：令和6年1月23日(火) 午後1時30分から午後3時45分まで

場 所：佐賀県立生涯学習センター アバンセ（佐賀市天神3-2-11）

入場無料(定員 300名)

#### 1 特別講演

『メンタル不調者への職場や家庭での関わり方』

(講師) 佐賀産業保健総合支援センター

産業保健相談員・メンタルヘルス対策促進員 真崎康子(まさき やすこ)さん

#### 2 講演

『心が元気になる補い ～セルフケアをしてみよう！～』

(講師) NPO 法人 おせっかい工房 咲風里(さぷり) 田中美穂(たなか みほ)さん

※ 当日、取材を希望される報道機関の方は、電話等で、令和6年1月22日(月)15時までに佐賀労働局労働基準部健康安全課に御連絡ください。

当日会場内での取材は可能ですが、下記の「取材の際の注意事項」に御留意ください。

**【取材上の際の注意事項】**

- 1 特別講演及び講演中の録画・録音は禁止とさせていただきます。
- 2 新聞等の取材の場合の写真撮影は可能です。(フラッシュ発光も可)

**【取材の際の連絡先】**

- 1 電話 0952-32-7176
- 2 メール [kenkouanzenka-sagakyoku@mhlw.go.jp](mailto:kenkouanzenka-sagakyoku@mhlw.go.jp)
- 3 担当 桑原、貞木

とき

令和6年1月23日(火)  
13:30~15:45

ところ

佐賀県立生涯学習センター「アバンセ」1Fホール  
佐賀市天神3-2-11

対象者

職域・地域でのメンタルヘルス関係者、一般県民の方々

テーマ

心の健康のために  
職場と家庭でできること

特別講演

メンタル不調者への職場や家庭での関わり方

講師

独立行政法人労働者健康安全機構 佐賀産業保健総合支援センター  
産業保健相談員・メンタルヘルス対策促進員

まさき やすこ

真崎 康子 さん



プロフィール

政府系金融機関勤務後、佐賀県消費生活センター、犯罪被害者支援団体、労働局セクハラ相談部門で相談員等を務める。その後、メンタルオフィス・リフレームを立ち上げカウンセリング、コンサル、研修等の活動を行う。また、佐賀産業保健総合支援センターの産業保健相談員として講演や研修講師等を務める。

これまでの経験から、従業員が心身ともに元気に働ける「健康いきいき職場」が組織、企業の成長に繋がると実感。

個人と組織の活性化に向けた活動に精力的に取り組んでいる。

講演

心が元気になる補い～セルフケアをやってみよう！～

講師

NPO法人 おせっかい工房 咲風里(さぶり)

たなか みほ

田中 美穂 さん

プロフィール

精神保健福祉士/社会福祉士/看護師

精神病院看護師(精神科リハビリテーション)、看護専門学校教員(精神保健)を経て、障害者職業センターやEAP事業会社にて、うつ病で休職中の職場復帰支援業務に従事。

その後、2011年10月にNPO法人 おせっかい工房咲風里(さぶり)を設立。現在まで理事長を務めると共に、こころの健康づくりの向上のために、ストレスや疲れの蓄積を予防する実践的セルフケアの啓発活動などに取り組んでいる。



定員  
300名

入場  
無料

主催／厚生労働省佐賀労働局／佐賀県／佐賀県精神保健福祉協会／(独)労働者健康安全機構 佐賀産業保健総合支援センター／(一社)佐賀県労働基準協会／全国健康保険協会佐賀支部  
後援／(一社)佐賀県医師会、(一社)佐賀県精神科病院協会、佐賀精神科診療所協会、佐賀県経営者協会、佐賀県中小企業団体中央会、佐賀県商工会議所連合会、佐賀県商工会連合会、(一社)佐賀県法人会連合会、佐賀県農業協同組合中央会、日本労働組合総連合会佐賀県連合会、佐賀県労働組合総連合、(福)佐賀いのちの電話、(一社)佐賀県公認心理師協会、朝日新聞社、佐賀新聞社、西日本新聞社、毎日新聞社、読売新聞西部本社、NHK佐賀放送局、サガテレビ、ぶんぶんテレビ、NBCラジオ、エフエム佐賀

# 心の健康づくりフォーラム

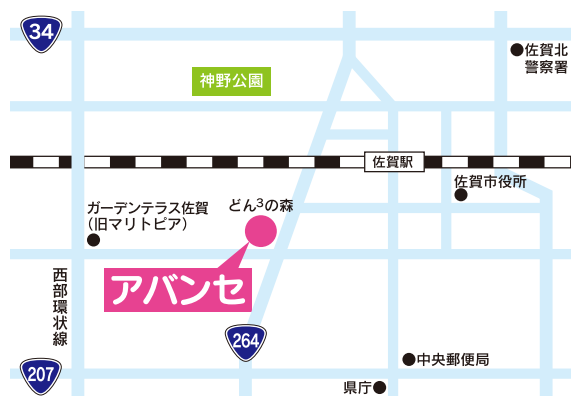
テーマ 心の健康のために 職場と家庭でできること

新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置づけが2類から5類へ移行し、徐々にコロナ禍前の生活に戻りつつあるが、これまでの経済、雇用、暮らしや健康問題の悪化等様々な要因が重なり、ストレスを抱える者も少なくない。

このような中、心の健康を保ち、自分らしく社会生活を送ることができるよう「心の健康のために職場と家庭でできること」をテーマに、精神保健福祉関係機関や労働関係機関が協力し、広く県民にストレスへの対処や心の健康づくりについて考える機会となることを目的として心の健康づくりフォーラムを開催する。

## 会場アクセス

佐賀県立生涯学習センター  
「アバンセ」1階ホール  
佐賀市天神3丁目2-11



※参加には、事前申込みが必要です。事前申込みのない方は、当日入場できません。

- ◆申込み方法 下記申込み先1、2のどちらかに下欄の申込票の内容を記載の上、メールでお申し込みください。
- ◆申込み締切日 令和6年1月12日（金）※定員(300名)に達し次第締め切ります。
- ◆申込み先  
1 (一社)佐賀県労働基準協会  
メールアドレス：sakikyoevent@lib.bbq.jp  
〒845-0031 小城市三日月町堀江1721 電話 0952-37-8277 FAX 0952-37-8278  
2 佐賀県精神保健福祉協会（佐賀県精神保健福祉センター内）  
メールアドレス：seishinhokenfukushisenta@pref.saga.lg.jp  
〒845-0001 小城市小城町178-9 電話 0952-73-5060 FAX 0952-73-3388  
（※メールでの申し込みが困難な場合は、郵送、電話またはFAXでも、受け付けます。）

## 【申込記入欄】

### 心の健康づくりフォーラム申込票（郵送・FAX用）

（※個人で申し込まれる方は、氏名と連絡先のみご記入ください。）

|            |         |               |
|------------|---------|---------------|
| 参加者氏名 1    |         |               |
| 参加者氏名 2    |         |               |
| 参加者氏名 3    |         |               |
| 連絡先        | メールアドレス | 電話番号<br>( ) - |
| 事業場(団体)名   |         |               |
| 事業場(団体)所在地 |         |               |
| 御担当者名      |         |               |