

働く人のメンタルヘルスと職場の人間関係

～悩める管理者へ。「感情の整理」から「事実の対応」へ～

『働く上で欠かせない「メンタルヘルス」は、日々のストレスだけでなく、人間関係の影響も大きく受けます。

本研修では、現場で抱えられている悩みや背景を踏まえ、特に管理者である先生方がどのように問題を整理し解決していけばよいのか、分かりやすくお伝えします。心の負担をため込みにくい、安心して働ける職場づくりのヒントを一緒に考えていきましょう。』

(講師より)

2026年1月29日(木) 19:00～20:30

- 開催方法：Webで視聴（Zoomウェビナー）又は、会場でZoom視聴（鳥取県保険医協会会議室）
- 参加資格：保険医協会会員および会員医療機関スタッフ
- 受講証：参加者全員に受講証を交付します（視聴時間の条件あり）
- 共催：鳥取県保険医協同組合

講師：上田 美鈴 氏（鳥取市 キャリアバード代表）



【プロフィール】

2000年から健康食品会社で総務、経理、人事を担当。
2009年から鳥取労働局で労働者の支援に従事。
2017年に自社「キャリアバード」を設立。心理カウンセリング、
キャリアコンサルティング、人材育成コンサルティングを開始。
高齢・障害・求職者雇用支援機構の鳥取障害者職業センターでリワーク
支援を行いながら、2019年からキャリアバードの活動を本格化。

【主な資格】

- ・キャリアコンサルタント（国家資格）
- ・日本産業カウンセラー協会 産業カウンセラー
- ・中央労働災害防止協会 心理相談員
- ・労働者健康安全機構 両立支援コーディネーター

<参加申込み>

①会場で参加 Faxでお申込みください Fax 0859-24-3066

（鳥取県保険医協会会議室でZoom視聴）

参加者お名前（受講証発行のため参加される方全員のお名前をお願いします）

〔

〕

②Webで参加 下記URLもしくは二次元コードからお申込みください。受付返信メールが送信されます。

<https://x.gd/OgXof>

* 事前登録の際、お名前は漢字・フルネームで入力してください
返信メールが届かない場合は、事務局までお問合せください

