

# 「出張メンタルヘルス講座」実施のお知らせ

## いわき市の現状

いわき市では、毎年多くの“働く世代の人”が自殺により亡くなっています。

その背景には、本人自身の病気や家族関係の悩み等の他、職場の人間関係の悩み、過労等が考えられます。

いわき市の年代別自殺者数 警察庁自殺統計より (R7年確定値)						
自殺者数 (年間) R7.1.1~R7.12.31	年代別内訳 ※20~60代のみ抜粋					
	20代	30代	40代	50代	60代	
総数	61人	7人	5人	11人	10人	11人



総数の **約70%**  
が働く世代!

従業員が心も体も健康でいきいきと働くことができる環境を整備し、従業員一人ひとりの能力を発揮できることが、**企業の生産性の向上や健康経営※**にもつながります。

※「健康経営」とは、従業員の健康保持・増進の取組が、将来的に収益性等を高める投資であるとの考えの下、**健康管理を経営的視点から考え、戦略的に実践すること。**(経済産業省より)

## 職場のメンタルヘルス対策をしませんか?

職場の従業員の元気がない、どんなメンタルヘルス対策をしたらいいかわからない等、お悩みはありませんか?

いわき市では、企業や団体等で働く方々に対して、『**働き盛り世代向け出張メンタルヘルス講座**』を実施しています。

職場のお悩みに合わせて、心理士や保健師が、講話を行います。

職場のメンタルヘルス対策について検討の際は、お気軽にご相談ください!

依頼無料



## 「心の健康チャンネル」のご紹介

いわき市では、「心の健康チャンネル」としてメンタルヘルス対策動画をYouTubeで配信しています。

職員研修の場等で動画を視聴していただき、職場内のメンタルヘルス対策にご活用ください。

うつ病について  
(約9分)

心の健康とアルコール問題  
(約16分)

30~50代の皆さんへ  
(約8分)

女性のメンタルヘルスと  
ゲートキーパー (約14分)



この他にも、様々なテーマを配信中!

講座申込・ご相談等  
お気軽にご連絡ください

いわき市保健所 地域保健課 精神保健係  
☎0246-27-8557 メール:hokenjo-chiikihoken@city.iwaki.lg.jp