

平成23年度 筑波大学重点公開講座  
～現代のビジネスパーソンの  
実践的メンタルヘルス対策～

於：筑波大学 東京キャンパス文京校舎 120号室

丸ノ内線 茗荷谷駅より徒歩2分 東京都文京区大塚3-29-1

講習料：無料（事前申し込み不要）

日程・内容

（各講座1日のみのご参加も可能です）

1/11(水)  
18:30-20:00

「マネジメントからみた実践的職場のメンタルヘルス対策  
-未熟型うつへの対応を含めて-」

筑波大学医学医療系教授 精神科産業医 松崎 一葉

1/18(水)  
18:30-20:00

「職場のメンタルヘルス問題 -法律相談-」

筑波大学医学医療系助教 精神科産業医 法務博士 吉野 聡

1/25(水)  
18:30-20:00

「災害対応と職場のメンタルヘルス支援 -リスク管理の実践方法-」

筑波大学医学医療系講師 精神科産業医 笹原 信一郎

1/28(土) 13:00-17:30

「究極のストレスを克服する  
-宇宙飛行士のストレスマネジメント・チリ落盤事故の事例から-」

JAXA 宇宙飛行士支援担当 井上 夏彦

「ワークモチベーションとストレス -ワークライフバランスを考える-」

筑波大学男女共同参画推進室 准教授 遠藤 雅子

「『捨てる技術』と『心の整理』」

家事塾代表 文筆家 辰巳 渚

「中年世代まで遷延するひきこもりと不適應 -現代の『ひきこもり』事情-」

爽風会佐々木病院 精神科部長 齊藤 環

「ストレス社会」と呼ばれて久しい現代社会は、未曾有の震災や世界的恐慌と相まってますます混迷をきわめています。本講座は、首都圏のビジネスシーンで活躍される皆様とともに、専門家・精神科医・産業医の立場から、混迷の社会を生き抜くための「生きる力」をともに育んでいく講座です。現代におけるストレスや逆境・困難を糧としてより強く、成長・成熟するためのビジョンを描き、皆様のビジネスや生活・人生におけるキャリアを支援できればと思います。

多数のご来場を心よりお待ちしております。

講座代表 松崎一葉

問い合わせ先：筑波大学大学院人間総合科学研究科 産業精神医学・宇宙医学グループ

〒305-8575 茨城県つくば市天王台1-1-1 TEL: 029-853-6025 FAX: 029-853-6026