

# メンタルヘルス対策の取り組み方 ～ストレスチェックの活用方法～

ストレスチェックの活用法と、現場でできるメンタルヘルス対策を  
プロの講師がわかりやすく解説します。職場での事例紹介もあります。  
職場に役立つ健康管理のヒントを学びませんか？

## 日時

2026

1月29日(木)

14:00～16:00

## 受講方法

ZOOMによるオンライン開催

## 申込方法

12月8日から1月28日までに  
二次元バーコードまたは下記URLより  
お申し込みください



参加費 無料

事前予約制  
先着100名



講師 永島 直美 氏

神奈川産業保健総合支援センター  
メンタルヘルス対策・両立支援促進員

[https://dshinsei.e-kanagawa.lg.jp/142018-u/offer/offerList\\_detail?tempSeq=112893](https://dshinsei.e-kanagawa.lg.jp/142018-u/offer/offerList_detail?tempSeq=112893)

【お問合せ】横須賀市保健所保健予防課 精神保健 担当

電話 046-822-4336



主催：横須賀市

共催：横須賀労働基準監督署

神奈川県鎌倉保健福祉事務所 同三崎センター