

職場のストレス軽減!

メンタルヘルス セミナー

潜在労働力就職準備支援セミナー

参加無料

定員 50名

申込締切 10月24日(木)

※手話通訳申込期限
10月20日(日)

とき

10月27日(日)

14:00 ~ 15:30 (開場 13:30)

職場でのコミュニケーションが苦手…
ストレスへの対処法が分からない…
そんな悩みや不安を抱えていませんか?
本セミナーでは職場での人間関係がうまくいく
会話のコツやストレスケアの方法をお伝えします。

職場でのより良い
コミュニケーションの取り方
ストレスと上手に付き合う!
ストレスセルフケア

場所

とりぎん文化会館 第1会議室
(鳥取市尚徳町 101-5)

申込方法

とっとり電子申請サービス、
電話または来所にて承ります。

講師

ふくざき としき
福崎 俊貴氏

(鳥取大学大学院医学系研究科臨床心理学講座・准教授)

Profile

臨床心理士・公認心理師の資格を持ち、これまで、
企業、心療内科のクリニック、スクールカウンセラー
等の様々な臨床現場で活動。現在は大学病院のメン
タルヘルス対策やアスリートのメンタルサポートにも
従事している。

略歴

2009年 (公財) 林精神医学研究所 岡山 EAP カウ
ンセリングルームに入職。
2018年 鳥取大学大学院医学系研究科臨床心理学
講座に着任。
2020年 鳥取大学医学部附属病院ワークライフバ
ランス支援センター心理相談員に着任。



電子申請



申込
問合せ

鳥取県立鳥取ハローワーク

鳥取市東品治町 111-1 (JR鳥取駅構内)

開所 平日・土曜 / 10:00 ~ 18:15

TEL 0857-51-0501

FAX 0857-51-0502

E-Mail hellowork-tottori@pref.tottori.lg.jp

とっとり
地プロ

●本事業は厚生労働省の「地域活性化雇用創造プロジェクト」の採択を受け、地域に良質な雇用を生み出す
ため鳥取県が実施する事業（通称：地プロ）です。



地プロ