

平成28年度 安全教育に係る協力活動

○メンタルヘルスセミナーの開催

日本原子力研究開発機構 大洗研究開発センターにおける全国労働安全衛生週間において、平成28年10月5日（水）、産業カウンセラーの大野萌子氏を迎えメンタルヘルスセミナーが、同センター安全情報交流棟の研修ホールにおいて開催されました。

セミナーには109名の方々が参加され、東海ノア協定加盟事業所からも1名の方が参加されました。

セミナーでは、かけがえのない自分自身を大切に、自分と向き合い、自分を知って、自分の気持ちを大切に。自分を大切にすることは、周りの人を大切にすることに繋がる。セルフケアの方法を持って、ストレス抵抗力を高める習慣を心がけることで、心身ともに健全な状況を作り出すことが可能になる。メンタルタフネスを身につけ、生き生きとした職業生活を行う一助となりますようにと、締めくくられました。

〔セミナーの様子〕

