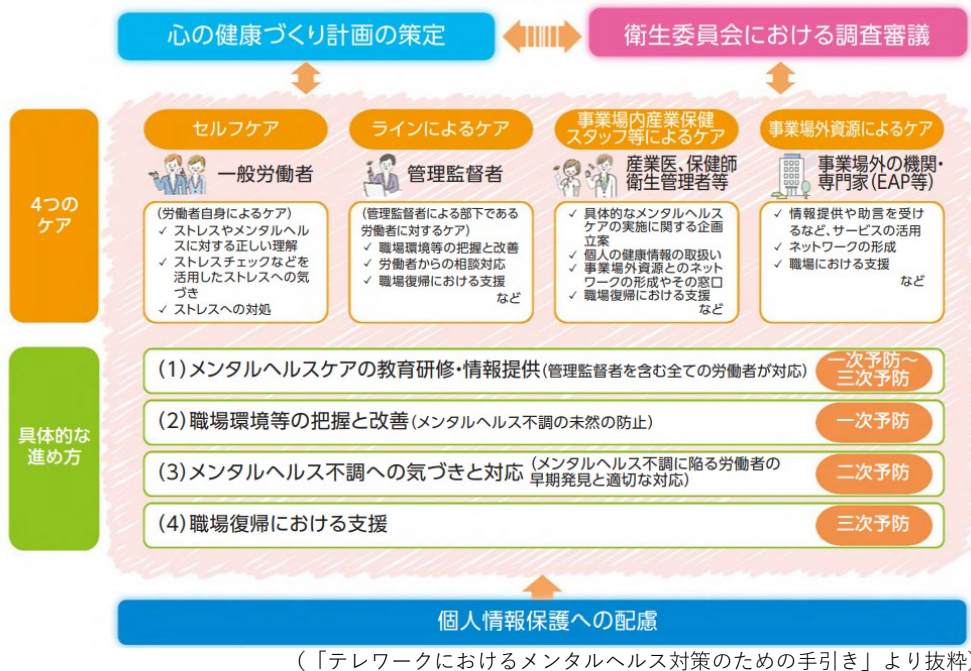


労務 ROAD

■テレワークのメンタルヘルス対策について

- 厚生労働省から公表されている冊子「**テレワークにおけるメンタルヘルス対策のための手引き**」によると、メンタルヘルス対策の基本は、一次から三次までの「**3つの予防**」と「**4つのケア**」を推進することが重要とされています（下図参照）。
- テレワーク（在宅勤務等）のメンタルヘルス対策においても、これらの考え方を基本としながら、テレワークにより生じやすい課題（「**長時間労働になりやすい**」「**コミュニケーション不足により孤独感・孤立感を招く**」「**メンタル不調の予兆に気づきにくい**」等）に留意して進めていくことが必要です。

メンタルヘルス対策の進め方



（「テレワークにおけるメンタルヘルス対策のための手引き」より抜粋）

「**テレワークにおけるメンタルヘルス対策のための手引き**」では、具体的な取組事例も紹介されています。ぜひこちらからダウンロードしてお役立てください。

→<https://www.mhlw.go.jp/content/000917259.pdf>

■所員紹介（蘭）

はじめまして、令和4年10月に入社いたしました「**蘭 穎（らん えい）**」と申します。

日本のアニメやドラマから日本に興味を持ち始め、もっと日本を知りたいと思い、留学の道を選ぶことになりました、今私の第二の故郷として約20年暮らし続けています。

アパレル業界や不動産業界を経て、自分の人生をもっと充実させたいと決意し、年金や保険などの基礎知識を学んで、ファイナンシャルプランナー資格の取得から、いきなり労務の世界に入りました。



普段は映画鑑賞と旅行が好きで、コロナ禍で家で過ごす時間が長くなっているので、子供と一緒にディズニー映画を観たり、楽しい工作をやったりすることが多いですが、たまにミニ旅行プランを即決めて、家族でわいわい行くこともあります。コロナの収束後、海外旅行にも行きたいです。

まだまだ労務経験は少ないですが、これから労務の知識を深め、一刻も早くお客様をサポートできるように努めてまいります。どうぞよろしくお願ひ致します。



VOL.826
(2211-2)



〒541-0054
大阪府中央区南本町
2-6-12
サンマリオンタワー16F
TEL:06-6224-0264
FAX:06-6224-0265
HP: <https://k-s-j.net/>
編集：平原・姚・茅原・石田

社長が入れる
労災保険のことなら

「葛城経営研究会」

詳しくは、
06-6224-0480 まで！

先日、丹波篠山まで黒豆と栗を買いに行ってきた♪
栗は現地ですぐ焼き栗を食べ、家には枝付きの黒豆と、栗ご飯用のむき栗を買って帰りました。

あと、毎年売り切れで買えなかった小西の黒豆パンを今年は買うことができました！

どれもとっても美味しく、また来年行くのが楽しみです(^_^) (濱詰)



11月労務スケジュール

- ・ 年末調整の準備
- ・ 過重労働解消キャンペーン
- ・ ねんきん月間
- ・ テレワーク月間