



第 9 回 川 経 セ ミ ナ ー

平成 28 年 11 月 29 日 PM 5 : 30
東京グランドホテル 芙蓉の間にて、
第 9 回川経セミナーを開催いたしました。

多数の方にご参加いただきましてありがとうございました。この場をお借りしてお礼申し上げます。

今回の講演会のタイトルは「メンタルヘルスケアと快適な職場環境の形成について」です。

講師は、株式会社社員教育研究所のセミナー講師で産業カウンセラーや交流分析士インストラクターの資格をお持ちでいらっしゃる森 孝 講師です。



最近電通の社員が過労自殺したニュースが社会問題になったように、働く人が日常感じているストレスをそのままにしておくと、人も企業も大変なことになります。ではストレスをケアするために、従業員や企業は何をどのようにしたらよいのかをお話いただきました。

以下、講演内容について簡単にご報告いたします。

ストレスには仕事上で感じるものや家庭・社会生活で感じるものなど様々なものがあります。

■ **仕事上のストレス**…人間関係から生じるもの（セクハラ、パワハラ、上司や部下とのトラブル…）、仕事の負荷や適性から生じるもの（長時間労働、ノルマ、習熟度…）などがあります。

■ **家庭・社会生活でのストレス**…夫婦や家族の不和、近隣とのトラブル、家族の死などがあります。

これらストレスを放って置かずケア（メンタルケア）をすることが大事です。

メンタルケアで特に重要なのはセルフケアとラインケアです。

● **セルフケア**…従業員が自らストレスに気づき自ら対処することです。また、自発的に相談をして話を聞いてもらうこともセルフケアです。

● **ラインケア**…職場の管理監督者による職場環境の改善や、従業員に対する個別の指導や相談を言います。

この 2 つのメンタルケアを進めるためには、従業員が相談しやすい環境づくり（上司や部下との良い関係の構築）とシグナルキャッチ（従業員の変化に気づいてあげること）が必要となります。



良い環境づくりに欠かせないのは、良いコミュニケーション（伝えること。よく聞くこと。よく見ること。）をすることです。

とりわけよく聞くこと（傾聴すること）が重要です。話をしっかり聞いてあげることによって相手は安心します。



ストレスを解消するためには、本人の努力だけでなく周りの協力体制とサポートも必要となる訳です。

現在、誰しものがストレスを感じて暮らしています。しかし、ストレスには適正なストレスもあれば過度なストレスもあります。適度なストレスは仕事の励みにもなりますが、溜めすぎて過度なストレス状態になると問題が生じます。そうならないようにセルフケアとラインケアを実践し、ストレスとうまく付き合うこと（ストレスマネジメント）を心掛けてください。以上

懇 談 会

セミナーの終了後には、ご参加された皆様とセミナー講師を交えての懇談会を開催いたしました。



短い時間ではありましたが、楽しい時間を過ごすことができました。



お忙しい中ご参加いただき誠にありがとうございました。

第 70 回 定時株主総会のご報告

第9回川経セミナーに先んじて、弊社の第70回定時株主総会が開催されました。

残念ながらご参加いただけなかった方に、株主総会の内容をご報告いたします。

司会から開会宣言の後、山本専務により議決権の個数・委任状を含めた出席株主の議決権の個数が発表され、本総会が適法に成立した旨の報告がありました。議案の審議に入る前に北川社長による今期の事業概況の報告があり、当期業績の概要や業務改善への取り組み、翌期計画などを詳細に説明いたしました。

その後議案の審議に入ります。

第1号議案は、山本専務が計算書類の概要を説明した後、神頭監査役により「監査報告書に記載のとおり、いずれも適法かつ正確であり、適正なものと認めます」との報告があり、株主からの異議はなく承認可決されました。

第2号議案の剰余金の配当についても、原案通り承認可決されました。

第3号議案の取締役全員任期満了による改選につきましても異議なく承認可決されました。

次の陣容で経営を行いますのでよろしくお願い致します。

代表取締役	社長	北川	均
代表取締役	専務	山本	修
取締役	常務	樋口	太
取締役		落合	賢二
取締役		福森	久美
監査役		神頭	正光