

# 岡山 EAP カウンセリングルーム メンタルヘルス ニュース



〒703-8520  
岡山市浜 472  
岡山 EAP カウンセリングルーム  
発行責任者; 荒木潤子  
  
Tel(086)272-8116  
Fax(086)273-9944  
<http://www.harenet.ne.jp/okayama-eap/>  
e-mail ; oka-eap@po.harenet.ne.jp

## 新年あけましておめでとうございます

岡山 EAP カウンセリングルーム  
室長 荒木 潤子

新年あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願い致します。

昨年は、ホワイトカラー・エグゼンプション(ホワイトカラー労働時間規制適用免除制度)が提言をされ、労働時間の延長が懸念されるところです。全国的には、疲労している労働者が多い現状がありますので、心の健康問題が心配されています。

さて、日頃は弊社の「こころの健康相談」をご利用頂きまして、ありがとうございます。年々相談件数が増加をしております、みなさまのご活用に感謝申し上げます。

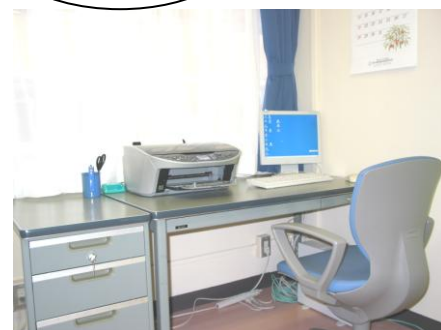
そここ報告ですが、みなさまのご相談をよりお受けしやすくするために、2007年1月より、EAP カウンセリングルームが広い部屋に移転を致しました。メール相談や電話相談の方法は変わりません。メールアドレスや電話番号も同じです。人事担当者の方のご相談やご希望される方のカウンセリングなど、落ち着いた部屋でお受けできるようになりました。

本年も、お気軽にご相談をしてもらえ環境づくりと、メンタルヘルスに関する情報を発信することに努力をして参りますので、よろしくお願い致します。

新しくなった  
岡山 EAP カウンセリングルームです



広く明るく  
なりました



## メンタルヘルス クイズ ～お年玉プレゼント～

次のクイズにチャレンジしてみましょ☆  
クイズの答えを弊社までお送りください。



正解者の中から抽選で3名様に相田みつをの新刊「本気」(2006年10月刊)をプレゼントさせていただきます。

### <問題>

うつ病のサインには、代表的なものが3つあります。次のうち、うつ病のサインではないものはどれでしょう？番号でお答えください。

- ① 不眠
- ② 食欲の低下
- ③ プラス思考
- ④ 意欲の減退



### <応募方法>

・問題の答えを書いて、はがき、FAX、メールのいずれかで弊社までお送りください。宛先は、次の通りです。メールの場合は、件名に「メンタルヘルス クイズ」とご入力ください。

【住所】 〒703-8520 岡山市浜 472 岡山 EAP カウンセリングルーム

【FAX】 086-272-8116

【メール】 oka-eap2@po.harenet.ne.jp

- ・プレゼント送付先が会社をご希望の場合は、会社名と氏名
- ・プレゼント送付先がご自宅をご希望の場合は、会社名、氏名、住所、電話番号を明記の上、上記の宛先へ送ってください。
- ・応募期限は **2月17日(土)まで**です。ふるってご応募ください！
- ・プレゼント当選者の発表は、発送をもってかえさせていただきます。
- ・クイズの正解は、メンタルヘルスニュース次号で！！

\*プレゼント応募に際しご記入いただいた個人情報、他に使われることはありません。

### FAX での応募の場合にご利用ください

[ クイズの答え ]

[ 会社名 ]

[ 氏名 ]

[ 住所 ]

[ 電話番号 ]

