

図書の実費頒布 一覧表

●価格は税込価格です。●ホームページにて各冊子の内容を紹介しています。➡<https://www.jalsha.or.jp/>



冊子名	発行年月	体裁	価格
職場の健康づくりシリーズ			
こんな時どうする? ~職場のメンタルヘルス困難事例集~	R5. 2	B5. 29頁	200
新入・若手職員のためのメンタルヘルスハンドブック	R4. 9	B5. 29頁	200
管理監督者向け メンタルヘルス・マネジメントの手引き	R4. 2	B5. 29頁	200
守ろう健康 はじめよう歯の健康づくり	R3. 9	B5. 29頁	200
依存症からの脱却をめざして	R3. 2	B5. 29頁	200
コミュニケーション活性化による風通しのよい職場づくり	R2. 9	B5. 29頁	200
無自覚でもNO! ハラスメントの加害者・被害者にならないために	R2. 2	B5. 29頁	200
健診結果の見方・活かし方 ~健康づくりは食生活の見直しから~	R1. 9	B5. 29頁	200
職場復帰支援			
公務職場における感染症対策	H30. 7	B5. 29頁	200
発達障害の職場の理解と支援ガイド	H30. 2	B5. 29頁	200
新入職員のための健康づくりハンドブック	H29. 10	B5. 29頁	200
管理監督者のためのストレスチェック制度の活かし方	H29. 2	B5. 29頁	200
ストレスチェックから始めるセルフケア	H28. 10	B5. 29頁	200
職場で取り組む 受動喫煙防止対策	H28. 3	B5. 29頁	200
がんと就労~自分らしく働き続けるために~	H27. 10	B5. 29頁	200
職場の腰痛予防対策	H27. 3	B5. 29頁	200
ずっさり疲れをとるための快眠法	H26. 11	B5. 29頁	200
パワーハラスメントのない職場をめざして	H26. 2	B5. 29頁	200
今こそ知ろう!メタボリックシンドローム	H25. 10	B5. 29頁	200
管理監督者のための傾聴法 ~職場のメンタルヘルス対策のために~	H24. 10	B5. 29頁	200
災害時の心の健康法 ~セルフケアと組織対策~	H23. 12	B5. 29頁	200
飲酒と健康管理	H22. 10	B5. 28頁	200
心の健康管理 上手なセルフケアの秘訣	H20. 1	B5. 29頁	200
心の健康づくりガイドブック~メンタルヘルス一次予防対策~	H19. 3	B5. 28頁	200
メンタルヘルス不全を正しく知るためのQ&A	H18. 3	B5. 28頁	200
セクシュアルハラスメントゼロを目指して	H18. 1	B5. 28頁	200
実践! 職場のメンタルヘルスケア ~管理監督者のための「心の健康」心得~	H16. 3	B5. 28頁	200
働くあなたの“疲労”を探る	H15. 10	B5. 20頁	200
講演集			
産業医研修会講演集(令和3年度) 職場の健康管理と産業医の役割について/職場におけるハラスメント対策/大規模災害時における職場のメンタルヘルスケア対策と産業医の役割	R4. 3	B5. 86頁	310
産業医研修会講演集(令和2年度) 職場のメンタルヘルス対策/職場の健康管理と産業医の役割について/惨事ストレスの対応方法と産業医の役割	R3. 3	B5. 97頁	310
テキスト			
地方公共団体の安全衛生管理(第11版)	R1. 12	B5. 169頁	450
地方公共団体のための安全衛生推進者ハンドブック(第5版)	R1. 12	B5. 177頁	430

おすすめの一冊



職場の健康づくりシリーズ81

一人で悩まない 新入・若手職員のための メンタルヘルスハンドブック

監修：種市康太郎 桜美林大学リベラルアーツ学群 教授

最近、新入・若手職員のメンタルヘルス不調者が増えています。一人で問題を抱え込み周りに相談をしなかったり、しっかりと仕事をするためには生活習慣を整える必要があることを理解していなかったりすることから、メンタルヘルス不調を悪化させる人が多いようです。管理監督者など、職場による新入・若手職員のメンタルヘルス対策も必要ですが、新入・若手職員自身が自分で自分の健康を守るという意識を持ち、実践することも同じように大切です。

本書では、一人で問題を抱え込まず、ささいなことでも周りに相談すること、生活スタイルを整えること、ストレスに気づき自分でできる対処法(セルフケア)を身に付けることなど、新入・若手職員が押さえておくべきメンタルヘルスケアの基本を紹介しています。

仕事をするうえでストレスは避けて通れないもの。社会人としてスタートを切ったばかりの新入・若手職員にとって、自身によるメンタルヘルスケアは必ず身に付けてもらいたいスキルです。新入・若手職員研修での配布資料などとして、是非ご活用ください。



冊子名	発行年月	体裁	価格
職場の安全シリーズ			
安全・衛生委員会運営サポートブック	R4. 9	B5.29頁	200
新任安全衛生担当者のための手引き ~基礎から実践まで~	R3. 9	B5. 29頁	200
高齢労働者の安全対策 誰もが働きやすい職場に向けて	R2. 9	B5. 29頁	200
公務災害を防ぐ! ヒューマンエラー対策	R1. 9	B5. 29頁	200
防ごう!熱中症	H30. 7	B5. 29頁	200
ヒヤリ・ハット事例の活かし方 実践のてびき	H29. 10	B5. 29頁	200
すぐに役立つ 消防職員の安全衛生活動	H28. 10	B5. 29頁	200
屋外作業安全ガイドブック~安全衛生管理のポイント~	H27. 10	B5. 29頁	200
1からわかる 身近な安全衛生活動	H26. 11	B5. 29頁	200
みんなで防ごう!交通災害~安全運転管理と現場での取り組み~	H25. 10	B5. 29頁	200
すぐに役立つ 教育職員の安全衛生活動	H24. 12	B5. 29頁	200
墜落 転落 転倒 災害ゼロに向けて	H23. 9	B5. 29頁	200
職場巡視のてびき	H21. 9	B5. 28頁	200
解説書			
病院等における災害防止対策研修ハンドブック 針刺し切削防止版	H22. 2	A4. 117頁	430
安全・衛生委員会の進め方に関するマニュアル	H12. 3	B5. 64頁	320

ご希望の方は、左ページの図書購入申込書に必要事項をご記入のうえFAXまたは郵送にてお申し込みください。
図書購入申込書は、当協会ホームページからもダウンロードできます。

申込書: 当協会トップページ ➡ 情報提供・出版物 ➡ 有償頒布のご案内
FAX番号: 03-3230-2266