CSAJ会員企業

人事・労務ご担当者様

　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　一般社団法人コンピュータソフトウェア協会

メンタルヘルス研究会

　　　　　　　主査　　　金成　葉子

　　　　　　　　メンタルヘルス研究会主催

「自然体験型メンタルヘルス向上プログラム視察ツアー」ご案内

謹啓　貴社ますますご清栄のこととお喜び申し上げます。

平素は格別のご高配を賜り、厚く御礼申し上げます。

　さて、今般、9月3日(木)、山梨県北杜市にて開催します、メンタルヘルス研究会主催「自然体験型メンタルヘルス向上プログラム視察ツアー」のご案内をさせていただきます。

　メンタルヘルス研究会は、協会会員企業のためのメンタルヘルス取組支援の向上に寄与することを目的に、昨年10月に設立され、メンタルヘルスに関わる最新情報の共有や職場復帰支援や予防的取り組み、安全配慮対応等について、具体的な取り組み検討を進めております。

今般、本研究会では、自然に触れ合い、楽しみながら心と体のバランスを保ち、メンタルヘルス不調を予防し、また、不調者の職場復帰に繋げる「自然体験型メンタルヘルス向上プログラム」を現地で体験いただく視察ツアーを企画いたしました。9月3日(木)、北杜市白州における土との触れ合い、無農薬農業体験、森林浴等、盛りだくさんの内容で実施いたします。

ぜひこの機会に不調の予防や復職支援として「自然体験型メンタルヘルス向上プログラム」（運営：NPO山梨ICT&コンタクト支援センター）を体験視察いただき、企業のメンタルヘルス対策としてご利用いただきたく、ご案内申し上げます。

なお、今回はCSAJ会員企業の人事労務ご担当の方を対象としておりますが、当催しに前日の9月2日(水)に山梨県清里萌の木村にて豊かな自然と語らい及び宿泊を組み込んだ、CSAJ会員企業経営者層を対象とした視察ツアーも用意しておりますので、ご興味のある方は問合せ窓口まで是非ご一報ください。

以上、ご多忙の折、また、開催が遠隔地となりますが、万障お繰り合わせのうえ、ご参加賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。ご面倒ですが、8月26日（水）までに参加連絡票を返送下さい。

　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　謹白

　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　記

■　視察概要

・名称　：　「自然体験型メンタルヘルス向上プログラム」視察ツアー

・主催　：　メンタルヘルス研究会　　協力：特定非営利活動法人山梨ICT&コンタクト支援センター

・日程　：　平成27年9月3日(木）

・場所　：　山梨県北杜市白州町鳥原周辺　　　　　　　　　　　　　　　他

・集合　：　午前10時　JR小淵沢駅前に集合

・概算費用　：　交通費込の諸費用合計　　　15,000円程度(各自ご精算)

■スケジュール

10:00　　小淵沢駅前に集合

　　　　　　　　注）参加者は　8:00新宿発JR特急乗車、小淵沢着9:53着

集合後、北杜市白州町鳥原の畑に向かいます。

10:15　　北杜市白州町にある「いやしの農業」展開の農地にて

　　　　　　　「無農薬農作業体験、復職支援プログラムご紹介」

　　　　　　　　　（メンタルヘルス対策、メタボ対策、食育、オーガニック野菜等）

昼　 　　　そば打ち体験、そば昼食、

午後 　近郊散策（名水公園「べるが」にて森林浴、水遊び、温泉、道の駅はくしゅう等）

17:00 　ウナギ「井筒屋」にて食事

19:18 　小淵沢駅発JR特急乗車で新宿21:06着 解散

**「自然体験型メンタルヘルス向上プログラム」視察ツアーご参加連絡票**

詳細把握のため、お手数ですが、以下の内容をご記入いただき、8月26日(水)までに、本用紙をE-mailにてご返送くださいますようお願いいたします。　出席者が複数の場合は、本用紙をコピーし、記述ください。

　　　　　　　　　　　　　　　E-mail：gyoumu1@csaj.jp

　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　以下に該当する場合は■としてください。

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 御社名 |  | E-mail：携帯： |
| 役職 |  |
| ご芳名 |  |

（行事工程と参加内容）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 3日（土） |  |  | ご参加 | お勧めパターン | ご負担概算 |
| する | しない |
| 10:00 | 小渕沢駅 | □ | □ | 8時新宿発特急ｽｰﾊﾟｰあずさ5号乗車9時53分小淵沢駅着 | JR特急利用時新宿～小淵沢5,200円 |
| 10:15~ | 自然体験型メンタルヘルス向上プログラム視察、昼食 | □ | □ | 北杜市白州町鳥原の「いやしの農業」展開農地にて、「無農薬農作業体験、メンタルヘルス向上プログラムご紹介」、そば打ち体験 | 昼食そば1,200円 |
| 14:00~ | 近郊散策 | □ | □ | 名水公園「べるが」、道の駅はくしゅう |  |
| 17:00~ | 「井筒屋」で食事 | □ | □ | 名物のうなぎをご堪能ください | うなぎ3,500円 |
| 19:18 | 解散 | □ | □ | 19時18分小淵沢発特急ｽｰﾊﾟｰあずさ32号、21時06分新宿駅着 | 小淵沢～新宿5,200円 |
|  | ※小淵沢までの移動手段もご記入を |  |  | □8時新宿発特急ｽｰﾊﾟｰあずさ5号乗車□お車で移動 |  |

　　**＜お問い合わせ先＞**

**CSAJ事務局担当：小林　　TEL：小林03-3560-8440　E-mail:gyoumu1@csaj.jp**

**ツアー運営事務局担当：清水（株式会社シーシーダブル）TEL：03-5909-5122**