

令和7年1月24日

会 員 各 位

弁護士業務改革委員会
委員長 西 山 一 博
同委員会事務所強化部会
部会長 三 好 裕一朗

弁護士事務所のためのメンタルヘルスケア ～事務所の永続的な発展のために～

弁護士は、相手方との交渉、依頼者との関係など、業務の様々な場面で強いストレスにさらされやすい職業です。メンタルヘルスのバランスを崩すと、依頼者との信頼関係も崩れたり、事務所内での弁護士・事務員間の関係が悪化したりするなど、多方面にわたり影響が生じ、なかなか一人で負のサイクルから抜け出すことは難しいことから、弁護士のメンタルヘルスに対するケアは、当会としても非常に重要な取組みであるといえます。

そこで、当委員会では、愛知県弁護士会若手活動部と交流があり、令和4年度にもメンタルヘルス講習をしていただいて大変な好評を得た、EMCA（NPO法人 EAPメンタルヘルスカウンセリング協会）所属の講師お二方をお招きし、メンタルヘルスケアを中心とした下記研修を実施します。

第1部では、メンタルヘルスのセルフケアについて、一般的な手法にとどまらず、特に弁護士に有用なメンタルヘルス不調の予防法・対処法についてもご講義いただきます。

また、第2部では、弁護士へのコーチング経験もあるEMCA会員を講師として、コーチングの視点から、業務の先延ばしを防ぎ、業務を円滑に進めるための工夫やマインドの高め方等をご講義いただきます。

今回の講習では、**弁護士と事務員との関係という点にも着目した講義を行っていただきます**ので、弁護士がメンタルヘルス不調に陥る構造を事務員の方々にも理解いただいた上で、事務所としてどのような環境を整えると良いかという点について、非常に参考になる機会になります。令和7年度には、**事務職員研修にて、事務職員に特化したメンタルヘルスケア研修も行う予定であり、その導入となる研修でもありますので、事務職員の皆様におかれましても、是非とも積極的にご参加いただけますと幸いです。**

日頃、多大なストレスにさらされることの多い弁護士の皆様にとって、さらには事務職員の皆様にとっても大変有意義な内容となっておりますので、ぜひとも奮ってご参加ください。

記

(日 時)	令和7年3月17日 (月) 午後2時30分～午後5時00分
(場 所)	愛知県弁護士会館 5階ホール及びZoomウェビナー
(内 容)	第1部 セルフケア～レジリエンス～ 講師 伊藤 伸之 氏 (EMCA会員)
	第2部 弁護士さんへのコーチングから見つかった仕事のコツ 講師 藤田 大樹 氏 (EMCA会員、国際コーチング連盟プロフェッショナルサーティファイドコーチ)

(参加費用) 無 料

(申込方法) <当会員>

愛知県弁護士会会員専用ホームページ (<http://www.aiben.jp/member/>)

→ 「行事一覧」内「研修カレンダー」よりお申込みください。

<事務職員>

グーグルフォーム (<https://forms.gle/J5hUFqgGjX9m6KUB8>)

よりお申し込みください。

※ 一事務所から複数の事務職員の方が参加される場合も、お一人ずつ登録をお願いいたします。

※ インターネット接続環境のない方のみ、下記申込書にてお申し込みください。

申 込 書

FAXにてお申込みの方 (*インターネット接続環境のない方に限ります) 用

令和7年3月17日の上記研修 (会館参加) に **出 席** します。

ご氏名

(弁護士 () 期 ・ 事務員 (事務所名))

※ 弁護士・事務員のいずれかに○をご記入ください。

※ お手数ですが、令和7年3月3日 (月)までに、弁護士会事務局業務・広報係宛

(FAX : 052-204-1690) にご回答ください。