PRESS INFORMATION | 2026.11.23 | PARAGON

勤労感謝の日　実践書2冊 同時発売

個人のセルフケア × 職場環境改善　—　うつ予防3法「ならない・出さない・繰り返さない」

発行：合同会社パラゴン　著者：櫻澤博文（医師・社会健康医学修士・医学博士）

01　BOOKS | Amazon販売ページ

『うつ予防3法 虎の巻』新訂版　［Kindle電子版］

https://www.amazon.co.jp/dp/B0HSLXTLCL

『メンタル産業医による「うつ」の出ない職場づくり』改訂版　［Kindle電子版］

https://www.amazon.co.jp/dp/B0HRR6MSNR

02　PARAGON | 会社・著者・講演

合同会社パラゴン　公式サイト

https://pro-sangyoui.com/

櫻澤博文　著者プロフィール・活動実績

https://pro-sangyoui.com/outline/drcherry

櫻澤博文　講演・研修実績

https://pro-sangyoui.com/outline/drcherry/lecture

03　SCAN & OPEN | QRコードからもアクセス

虎の巻Kindle　職場づくりKindle　会社公式　著者紹介　講演実績

PRESS CONTACT | 報道・取材・講演のご相談

メール：toiawasesenyou@pro-sangyoui.com

お問い合わせ：https://pro-sangyoui.com/contact

※青字URLはクリック可能。QRコードはスマートフォンのカメラで読み取れます。