

# 26

## 職場のメンタルヘルス講座(ラインケア)

～ 明るく働きやすい職場をつくりましょう ～

### 【講座のねらい】

管理監督者あるいは上司に求められる、安全配慮義務に則ったメンタルヘルスの基本的な考え方から、様々なケースのメンタル不調者への具体的な対応方法までを理解します。

### 【受講の効果】

- ・メンタルヘルス不調者の早期発見、早期対応の手順が理解できる。
- ・管理監督者自身のストレスを和らげる手法が習得できる。

### ◇日程・会場等

- ・日 程： 第1回 平成29年 7月12日 (水)  
第2回 平成29年11月 6日 (月)
- ・会 場： 県セミナーパーク 103研修室
- ・対象者： 主任級以上の職員
- ・定 員： 各回20人
- ・その他： 市町職員 (各回定員20人) との合同研修



こんな人におすすめ!

- 部下や後輩のメンタル不調に  
どう対応すればよいか困っている人
- 自身 (管理監督者) のストレスを  
和らげたい人

### ◇プログラム (6時間)

9:40	10:00	12:00	13:00	17:00
オリエンテーション	○近年のメンタルヘルスを取り巻く状況 ○メンタルヘルス対応/管理監督者の役割と義務 ○メンタルヘルス不調の早期発見、早期対応	休憩	○管理監督者自身のストレス・マネジメント ○うつ病を含む精神疾患の基礎知識 ○精神的問題で休職・復職した職員への対応 ○職場不適應や新型うつへの対応 ○メンタルヘルス不調者を出さないための職場づくり	アンケート記入

### 【講師】

キャリアマネジメントコンサルティング株式会社  
メンタルヘルスケア (EPA) 事業部  
EAP & HR マネージャー / EAP コンサルタント (産業カウンセラー)  
山下 良成



### ◇受講者の声

- ・何でも話せる職場環境づくりがメンタル不調者を出さないことにつながるので、今後の職場づくりに活かしたい。
- ・様々なケースに対応するための基礎知識が得られたと思う。実際のメンタルヘルスに対応する立場になったときに、思い出して活かしていきたい。過去の対応状況には大いに反省する面あり。
- ・グループ討議もあり、充実した研修でした。