日程変更しました

メンタルヘルス・ネクストステップ

管理職のための職場改善プログラム

従業員のメンタルヘルス対策は、職場の生産性や従業員の満足度を高めるために非常に重要です。従業員のメンタルヘルスを適切にサポートし、従業員が心身ともに健康で働ける環境を整えることを目指します。

相談内容

01 メンタルヘルスとは？

02 メンタルヘルス不調の職場への影響は？

03 メンタルヘルス対策はどうすればいい？

04 職場環境の改善に必要なことは？

講　師

株式会社キャリオ　代表
小松睦実 さん

「心の健康が職場の力に！メンタルケアでつながる職場づくり」具体的な改善策を見つけ、実践的なサポート体制を構築するメソッドをお伝えします

開催日時

11/29 金

9:00～16:30

開催概要

受講料：会員 5,500円　一般 8,800円
URL：https：//hvtc.com
締　切：11/22（金）17：00
会　場：東広島地域職業訓練センター

メンタルヘルス・ネクストステップ

1. メンタルヘルスの理解と重要性

ストレスの原因やメンタルヘルス不調になりやすいタイプを理解し、リーダーシップを通じて職場でのメンタルヘルス対策を推進します

2. メンタルヘルスのアプローチとリファー

従業員のメンタルヘルスの問題を早く見つけて、適切に対応する方法を学びます。問題が深刻な場合、専門家や支援サービスに繋げる方法についても習得します

3. メンタルヘルス対策に必要なコミュニケーションスキル

アサーティブなコミュニケーションや傾聴を用いて、従業員のメンタルヘルスを支援する具体的なスキルを実践的に学びます

4. 職場環境の改善戦略

職場環境改善のためのポイントやストレス管理テクニックを学び、具体的な戦略を検討します

開催日時

11/29 金

9:00〜16:30

お問合せ

東広島地域職業訓練センター
電 話：082-429-0810
URL：https：//hvtc.com
✉ ：work.c.h@hvtc.com

≪令和６年度≫

メンタルヘルス・ネクストステップ

管理職のための職場改善プログラム

講座概要

管理職に従業員のメンタルヘルスを支援するスキルを提供する研修です。
ロールプレイ、グループディスカッション、ケーススタディなどの実践的なワークを通じて、具体的なスキルを身につけ、職場環境の改善に向けた取り組みを強化します。管理職は従業員のメンタルヘルスを適切にサポートし、職場環境の改善に向けたリーダーシップを発揮できるようになることを目指します。

講師紹介

株式会社キャリオ　小松　睦実　氏

国家資格 2 級キャリアコンサルティング技能士/ 産業カウンセラー/ 広島大学客員教員
大学などの教育領域、行政、企業領域と 3 つの領域で「メンタルヘルスサポート」「人事コンサルティング」「採用コンサルティング」を実施。広島産業保健総合支援センターでは産業医や保健師、人事担当者向けのメンタルヘルス研修も好評。広島運輸局、陸上自衛隊海田駐屯地、広島県庁、多くの企業でメンタルヘルスカウンセリングに携わる。ストレスチェック集団分析を用いての職場環境改善や衛生委員会設置サポートの他、キャリア形成支援でもセルフ・キャリアドック導入支援、キャリア面談から見える企業の組織支援、採用支援など活動は幅広い。

内　　容

1. 日　　程　　１１月２９日(金)　≪申込締切り：１１月２２日(金)≫

2. 時　　間　　９：００～１６：３０

3. 会　　場　　東広島地域職業訓練センター

4. 募 集 人 員　　１５名　※定員になり次第申込みを締切ります。

5. 受　講　料　　**会員　5,500 円**（税込）　・　**一般　8,800 円**（税込）
※　キャンセルの場合は、実施予定日の１週間前までにご連絡ください。
指定の期日を過ぎると、キャンセル料（受講料相当金額）が発生します。

6. 持　参　品　　筆記用具、印鑑（出席簿押印用）、昼食（お弁当注文可）

7. 注 意 事 項　　申込者が５名未満の場合は、開講中止となるか、日程を変更する場合があります。

8. 申 込 方 法　　申込書に必要事項を記入し、郵送またはＦＡＸで送ってください。
ホームページからも直接お申込みできます。
開講決定となりましたら、開講通知書、受講料請求書を郵送します。

「メンタルヘルス・ネクストステップ 管理職のための職場改善プログラム」

１．メンタルヘルスの理解と重要性

・ストレスの原因や影響について知る

・ストレスや不安などの兆候や影響に関するケーススタディ

・メンタルヘルス不調になりやすいタイプとその対策

・メンタルヘルス対策を促進するためのリーダーシップとは？

２．メンタルヘルスのアプローチとリファー

・メンタルヘルス不調の症状や兆候、適切な対応方法

・メンタルヘルス不調の早期識別と適切な支援やリファーを行うためのスキル

・メンタルヘルス支援リソースやサービスの種類について

３．メンタルヘルス対策に必要なコミュニケーションスキル

・アサーティブコミュニケーションの実践

・傾聴を通じたメンタルヘルス問題の識別と解決策の検討

・メンタルヘルスへのサポートを伝える方法についての実践的な演習

４．職場環境の改善戦略

・職場環境改善に必要な６つのポイント

・具体的な戦略のブレインストーミング

・ストレス管理テクニックを学ぶ

５．まとめ

【申込先】　東 広 島 地 域 職 業 訓 練 セ ン タ ー
〒739-0152　東広島市八本松町吉川 5782-58
TEL（082）４２９－０８１０　FAX（082）４２９－１８０６
ﾒｰﾙｱﾄﾞﾚｽ　work.c.h@hvtc.com
URL　https://hvtc.com

≪令和６年度≫
「メンタルヘルス・ネクストステップ 管理職のための職場改善プログラム」受講申込書

事業所名：

〒

所 在 地：

ＴＥＬ：　　ＦＡＸ：

担当者名：　　所　属：

メールアドレス：

事業所情報：業　　種

受講料負担区分：　１　事業所　・　２　受講者（どちらかに○をしてください）

（フリガナ） 受 講 者 氏 名 生年月日	受講者連絡先（※1）	担当職務
（　　） S・H		
（　　） S・H		
（　　） S・H		

（※1）緊急時、受講者の方へご連絡する場合があります。
＊ご記入いただいた情報は、この講座にかかわる業務に限り使用いたします。