

# 【令和6年度 メンタルヘルス研修】 管理職のためのメンタルヘルス研修 実施要領

- 1 研修の目的   メンタルヘルスについて、職場の現状を踏まえながら、特に管理職に求められる復職支援やラインケアのあり方を学び、実践につなげる。
- 担当より       管理職の皆さんは、職員のメンタル不調に気づけますか？もしメンタルヘルス不調の職員がいたら、どのようなコミュニケーションや対応をとっていますか？  
今一度、その対応考えてみませんか？  
この研修では「メンタル不調の未然予防」、「早期発見のポイントと対処方法」、「職場復帰に導く管理職の役割」などを学ぶことができます。
- 2 対象           係長級以上の職員
- 3 定員           56人
- 4 日程           令和6年5月20日(月)
- 5 会場           高知県自治会館2階 こうち人づくり広域連合研修室  
(高知市本町4丁目1-35)
- 6 持参物        職場でお使いの名札

カリキュラム		時間	講師
9:30	1 メンタルヘルスの意義と管理職の役割 ・事例に学ぶ 管理職に求められる役割とは ・メンタルヘルスに関する4つのケア ・リスクマネジメント以上の対策の効果  2 未然予防 ～メンタル不調にならないために～ ・ストレス・メンタルヘルスとは ・ストレス要因とストレス対処法 ・働きやすい職場環境のための改善ポイント ・知っておきたいパワハラと判断される言動	6.0	Balance Communion (バランス コミュニオン)  代表 服部 裕子 (はっとり ひろこ)
16:30	3 早期発見と対処 ～部下の不調に気づいたときの対応～ ・メンタルヘルス不調のサイン！ ・ズレに気づいてどう判断・対応をする？ ・声掛け・相談対応(ケーススタディ・ワーク)  4 職場復帰支援 ～職場復帰のポイントとコミュニケーション～ ・休業中・復帰後の部下への配慮と対応 ・重要！メンタルヘルス不調者の回復の仕方 ・悩まれる場面別対応(ケーススタディ)  5 自分と部下と心の健康		