

令和6年度 メンタルヘルス研修(ラインケア) 実施要綱

- 1 目的 管理・監督者として求められる役割を理解し、メンタルヘルス・ハラスメントの基礎知識とその状況に応じた対応を学ぶ。
- 2 主催 奈良県市町村職員研修センター
(公益財団法人 奈良県市町村振興協会内)
- 3 日時 令和6年6月25日(火) 1日間
午前9時50分～午後4時まで
- 4 場所 奈良県市町村会館 2F 中研修室
橿原市大久保町302番1
TEL: 0744-29-8255
- 5 対象者 管理・監督職にある職員
定員 50名
※申込状況等により、前後する場合があります。
- 6 研修内容 別紙日程表のとおり
- 7 研修資料 **本研修の資料は、各自で印刷いただき、当日持参くださいますようお願い致します。**
※印刷する資料は受講決定時にホームページにアップロード(要ログイン)いたします。なお、掲載期間は、研修当日までとします。
- 8 その他
 - (1) 持参するもの。**筆記用具、印鑑(サイン可)、研修資料**
 - (2) 昼食は、各自で用意してください。
持参する場合は、研修室内の自席にておとりください。

(3) お車で来館される場合

- ・パスカード持参の方 → そのまま入出庫してください。
- ・上記以外の方 → 当会館入庫の際、駐車利用券をお取り頂き、研修室内で磁気処理をして下さい。磁気処理機は、研修室の後方に設置してあります。

※ 2階研修室開催時以外、立体駐車場との連絡通路は開放いたしませんのでご注意ください。

(4) 受講者の方へ

- ・風邪症状や発熱等、感染の疑いがある場合は受講を見合わせてください。
- ・手洗い・咳エチケットの励行にご協力をお願いします。
- ・換気のため、窓・扉を開放します。各自で衣服等により寒暖調節をお願い致します。
- ・体調に異変を感じられましたら、速やかにお申し出ください。

◇◆ 令和6年度メンタルヘルス研修(ラインケア) 日程表 ◆◇

ビジネスサポート株式会社
パートナー講師 服部 裕子

日 時	内 容
【6月25日(火)】 9:50~10:00	オリエンテーション (研修センター)
10:00~16:00	<p>■メンタルヘルス (ラインケア)</p> <p>1. メンタルヘルスの意義と管理監督者の役割</p> <p>(1) 事例研究 次長・係長に求められたこととは？</p> <p>(2) 安全配慮義務と国が推進するメンタルヘルス対策</p> <p>2. 一次予防：未然予防 ～メンタル不調にならないために～</p> <p>(1) ストレス・メンタルヘルスとは何か</p> <p>(2) 世代間ギャップが起こる背景を理解する</p> <p>(3) ストレスのメカニズムとストレス対処方法</p> <p>(4) 社会的支援 (周囲の支援) がストレスを緩和する</p> <p>(5) 個々の職場環境チェック</p> <p>3. メンタルヘルス不調につながるハラスメント</p> <p>(1) 職場における様々なハラスメント</p> <p>(2) ハラスメントがもたらす個人・組織への影響</p> <p>(3) あなたは大丈夫？パワーハラスメント自己チェック</p> <p>(4) パワハラの実態類型とパワハラ行為例</p> <p>(5) パワーハラスメントと指導の違い</p> <p>(6) パワーハラスメントを防止するために</p> <p>(7) 職場でハラスメントが起きてしまったときの対応</p> <p>4. 二次予防：早期発見と対応 ～メンタル不調に気づいたら～</p> <p>(1) いつもと違う部下の早期発見のためのチェックポイント</p> <p>(2) ズレに気づいてどう判断・行動する！？</p> <p>(3) 上司としての対応方法 (声の掛け方・相談対応)</p> <p>(4) 社内では対応できない場合の“頼れる社外専門家”</p> <p>(5) プライバシーへの配慮</p> <p>5. 三次予防：職場復帰支援 ～ポイントとコミュニケーション～</p> <p>(1) 職場復帰支援の流れとよくある3つの問題点</p> <p>(2) メンタルヘルス不調者の回復の仕方</p> <p>(3) メンタルヘルス対策に関するルール・プランはある？</p> <p>(4) 主治医の「職場復帰可能」の判断は「業務遂行可能」レベル？</p> <p>(5) “復帰後の部下” への配慮と対応方法</p>

- ★ 講師等の都合により、内容等が変更されることがありますのでご了承ください。
- ★ 昼食休憩は、12:00~13:00 を予定しております。
- ★ 受講の際は手洗い・咳エチケットの励行にご協力ください。
- ★ 換気のため、研修中は窓・ドアを開放しておりますので、各自で衣服等により寒暖調節をお願いします。
- ★ 風邪のような症状がある場合は受講をご遠慮くださいますようお願い申し上げます。