

スキルアップ
セミナー

部下を持つすべての人が知っておきたい

「メンタルヘルス」の基礎知識と対応方法

研修目的

- ① メンタルヘルス不全の従業員への対応を学ぶ
- ② 休業者の職場復帰への支援の方法を学ぶ
- ③ メンタルヘルス不全者を出さない職場づくりについて学ぶ

メンタルヘルスとは

「メンタルヘルス」とは、心の健康のことです。心の健康が損なわれ、精神疾患や行動障害がおこることを「メンタルヘルス不全」と言います。

対象者

- ・ 管理職をはじめ部下を持つすべての方

日 時：平成29年7月11日（火）
10:00～17:00
会 場：伊予銀行本店 南別館2F
「セミナールーム」
（松山市三番町5丁目10-1）

講 師：
株式会社ビジネスプラスサポート
人材育成プロデューサー
やまだ ようこ
山田 容子 氏



セミナー内容

1. メンタルヘルス不全とは

- ① 職場におけるメンタルヘルス不全の現状
- ② メンタルヘルス不全3つの要因
- ③ 見逃してはいけない不調の特徴とサイン
- ④ 新型うつの特徴と従来型うつとの違い

2. 不調の発覚から休職までの対応

- ① メンタルヘルス3つのケアと3つの予防
- ② メンタルヘルス不全の従業員に対する対応の流れ【ケーススタディ】
- ③ うつ状態の部下に対して留意することとは？【個人ワーク】
- ④ 休職までのラインの役割と留意点

3. 職場復帰までの対応と支援

- ① 職場復帰までの流れの理解
- ② 職場復帰で起こり得る問題とは
- ③ スムーズな職場復帰をするために【グループワーク】

4. メンタルヘルス不全者を出さないことが大前提

- ① 経営戦略として一次予防を徹底する
- ② ポジティブ・メンタルヘルスに着目した組織づくり
- ③ 一次予防に欠かせないセルフケアを実践しよう【個人ワーク】

5. ワーク・エンゲイジメントを高める職場づくり

- ① ワーク・エンゲイジメントとは
- ② ワーク・エンゲイジメントを生むための3つのルール
- ③ チーム力を高め組織活性化を実現するリーダーの役割【個人ワーク】

6. コミュニケーションの再確認

- ① 部下にこのような対応をしていませんか？【個人ワーク】
- ② 大切なのは、部下に勇気をつけることと承認をすること【個人ワーク】
- ③ 健康職場のキーワードは「自己尊重感」

7. 今、職場でできること

- ① 一人ひとりが「自分を活かす」責任者
- ② 職場で今、何ができるかを考える【ブレインストーミング】

8. まとめ

- ① リーダーとして今から何をすべきか



受講者の声

- ◆ 部下への何気ない対応が、本人にストレスを与えている可能性があることを意識する必要があると感じた
- ◆ 悩みを抱える社員への接し方や正しい声のかけ方など、具体的な対処法が分かってよかった
- ◆ 職場のコミュニケーションを円滑化し、不全者を出さないように努めることがいかに重要か分かった

株式会社 ビジネスプラスサポート 人材育成プロデューサー 山田 容子 氏

大学卒業後、大型重機メーカーの営業、ソーシャルワーカー、学習塾経営を経て人材育成会社に勤務。人材育成トレーナーとして、階層別研修（新入社員・中堅社員・リーダー・管理者）をはじめ、コーチング、心理学、メンタルヘルスなどの分野で活躍。「すべての人が仕事を通して持てる力を発揮する」ことをモットーに、すべての受講者の力を信じ、現在の位置を見極め、承認&挑戦で研修を展開。個々の受講者の長所をいかに生かすかに主眼を置き、受講者の自信と行動を引き出すことを得意としている。研修の実績として、銀行、信用組合、建設会社、化粧品メーカー、精密機械メーカー、医薬品メーカー他多数。産業カウンセラー、キャリアコンサルタント。

受講料

IRC会員 16,200円(税込)

会員以外 21,600円(税込)

※お1人あたり、含昼食代

お申込み方法

- ◆下記の申込書にご記入のうえ、FAXもしくはE-mailにてお申込みください。
- ◆開催日の前日までに請求書に記載している弊社口座にお振込みください。※領収書は発行いたしません。
- ◆当日キャンセルの場合は、受講料は返金致しかねますのでご了承ください。なお、キャンセルの場合は前日の午後3時までにご連絡ください。
- ◆定員（40名）になり次第、締め切らせていただきます。
- ◆最少催行人数に満たない場合は開催を中止することがございます。

松山市の助成金制度のご案内

本セミナーは「松山市人材育成事業補助金制度」の対象でございます。松山市内に事業所を有する中小企業又は中小企業団体は、受講料の一部について補助を受けられる場合がございます。申請は研修日前日までに済ませてください。

詳細につきましては、松山市地域経済課へ。

【TEL：089-948-6399】

お申込み・問い合わせ先

株式会社いよぎん地域経済研究センター

愛媛県松山市三番町5丁目10-1

(伊予銀行本店南別館4階)

TEL：089-931-9705

FAX：089-931-0201

E-mail：irc-ar3f@iyoirc.co.jp(担当：渡邊、水口)

受講申込書(兼受講票)		平成29年 7月11日(火)開催		「メンタルヘルス」の基礎知識と対応方法	
◆該当する方に○をつけてください。				IRC会員 ・ 会員以外	
会社名				修了証が必要な場合は 右枠内に○をつけてください→	
業種		取引店名	伊予銀行 支店		
ご住所	〒				
ご連絡先	TEL:	E-mail			
	FAX:				
申込 責任者	氏名 (所属 役職)				
受講者名	氏 名	所 属	役 職	年 齢	

※受講票は発行しておりません。本申込書は受講票を兼ねております。

ご記入いただいた個人情報は、セミナーに関する用件に限り利用いたします。それ以外の目的では利用いたしません。