

管理監督者のためのメンタルヘルス研修

～組織のメンタルヘルスマネジメントを学ぶ～

カリキュラム

1. はじめに
2. 早期発見・早期対応(2次予防)
3. 休職と職場復帰支援(3次予防)
4. 風通しのいい職場づくり(1次予防)
5. 自身のメンタル不調を防ぐ(1次予防)

概要

管理監督者が担う、部下職員のメンタル不調を予防するための具体的な方法を、講義や演習、事例を用いたワークショップ等を通じて学ぶ。
同時に、自分自身がメンタル不調に陥らないためのセルフケアの方法も実践的に習得する。

研修情報

- 日 程： 令和7年12月4日(木)【1日】
- 対象者： 係長級以上の職員
- 形 式： グループ
- 研修室： 研修室35

こんな方にオススメ！

- ・職場におけるメンタルケアについて学びたい方
- ・メンタルヘルス不調を防ぐためのコミュニケーションを学びたい方



時間割

1 日 目	9:30	～	9:40	オリエンテーション
	9:40	～	11:40	講義
	11:40	～	12:40	昼休憩
	12:40	～	16:40	講義
	16:40	～	16:45	事務連絡・アンケート

講師

一般社団法人日本産業カウンセラー協会
九州支部
認定講師 駒田 優美子 氏