

～早期発見・対処が重要～

管理職のためのメンタルヘルスの基礎知識と対処法講座

様々なストレスが原因で「メンタルヘルス不調」に陥る人が増えています。心の不調は本人にとってのアクセントであるとともに、職場への影響も大きく、生産性の低下を招きかねません。しかし、早期に発見・対処すれば、メンタル不調を未然に防ぐことも可能です。管理職のメンタルヘルス意識を高め、従業員の快適な職場作りのために是非多数ご参加ください。

日時 平成28年 **1月27日(水) 13:30～17:00**

会場 広島商工会議所 2階 202号室
広島市中区基町5-44 ※駐車場・駐輪場はありません。

対象 **経営者、管理職、総務・人事担当者など**

参加料 **会員(広島商工会議所) 5,140円、一般 10,280円**
※テキスト代・消費税を含みます。

申込方法

参加申込書によりFAXまたは郵送にてお申込みください。講座実施日の2週間前より順次、受講証と請求書を参加者にお送りいたします。ご送付いたします請求書及び振込用紙により、指定期日までに本所あて参加料をお振込みください。※会場定員数に到達次第、申込受付を終了いたしますので、お早めにお申込みください。

講師

ソーシャルスキル・プログラム

代表 **吉田 真知子** 氏



◆プロフィール◆

大谷女子大学卒業後、住金物産㈱入社。国内営業事務を担当後、フリーアナウンサーに転身。その後、話し方・コミュニケーション研修を開始。2003年に産業カウンセラー、2004年キャリアコンサルタントの資格を取得以降、企業・自治体等における人材開発の活動に入る。2007年からは中央労働災害防止協会メンタルヘルス推進支援専門家として、事業所における心の健康管理のコンサルティングやカウンセリングを担う。2009年厚生労働省国家検定キャリア・コンサルティング技能士認定。一般社団法人全国チームコーチ連盟理事。現在は人材活性コンサルタントとして、「各所における人材の活性」を目標に掲げ、ビジネス・教育・文化・地域の多分野において、年間約180回の講演・研修・コンサルティングを行っている。

1.メンタルヘルスマネジメントの意義

- ・心の健康問題の現状
- ・厳しくなる安全配慮義務
- ・ストレスチェック制度について
- ・職場風土と成果

2.ストレスおよびメンタルヘルスに関する基礎知識

- ・ストレスからメンタルダウンに結びつくメカニズム
- ・うつ病の症状の特徴
- ・新型うつについて

3.ラインケアの実際

- ・ラインケアとは何か
- ・いつもと違う部下の早期発見
- ・調子のよくない部下を支える力
- ・職場復帰支援について

4.健康職場づくりのためのメンタルヘルス対策

- ・仕事の質と裁量度について
- ・部下のレジリエンス力(回復する力)の強化
- ・職場の社会的支援をパワーアップするには

5.まとめ

お問合せ・お申込先

広島商工会議所 中小企業振興部 人材開発チーム 沼田
〒730-8510 広島市中区基町5-44
TEL(082)222-6691 FAX(082)222-6006
E-mail:hiroshima@hiroshimacci.or.jp

FAX 082-222-6006 管理職のためのメンタルヘルスの基礎知識と対処法講座 参加申込書

会社	名称			
	所在地	〒 -		
	TEL	() -	FAX	() -
	ご担当	※ご記入がない場合、参加者に受講票・請求書を発送いたします		
	業種			
備考	会員(広島商工会議所) ・ 一般(該当を○印)			

氏名	所属部署	役職
参加料(@ _____ 円) × (_____ 名) = (¥ _____ 円)		

※本申込書にご記入いただきました情報は、本事業における本人確認、参加者名簿・参加料請求書・受講証の作成、本所からの各種連絡・情報提供のために使用いたします(HP)