



～ 職員が健康で活力ある職場の構築のために ～

メンタルヘルスマネジメント

現場のリーダーである係長が職場のメンタルヘルス対策の意義を認識し、「部下のメンタルヘルス不調の未然防止」、「不調が見受けられた場合の対応方法」等のマネジメント手法について学ぶことにより、健康で活力ある職場の構築を目指す。

実施日程

第1回 6月 2日 (木)

第2回 10月 14日 (金)

第3回 2月 1日 (水)

【各日程 9:00～17:00】



こんな方にお勧めです

メンタルヘルスについての正しい知識とメンタルヘルス不調の予防や早期発見・早期対応方法等のマネジメント知識を身に付けたい係長級の職員

- 対象 係長級の職員
- 定員 各回 42～48名程度 (予定)
- 講師 民間研修機関講師
- 場所 特別区職員研修所

(千代田区神田相生町1番地 秋葉原センタープレイスビル4・5・6階)
(千代田区九段北1-1-4)

研修所の移転に伴い、実施会場が年度途中で変わります。詳細は受入後の案内でご確認ください。

【問合せ先】 特別区職員研修所 教務課 基本研修係 03-5298-3930～6

カリキュラム

項目	内容
メンタルヘルスの基礎知識	<ul style="list-style-type: none">メンタルヘルスの法的知識精神疾患の種類と症状 等ストレスとセルフケアについて
メンタルヘルス対策の意義と監督者（係長）の心得	<ul style="list-style-type: none">監督者（係長）の役割
組織的な取組	<ul style="list-style-type: none">メンタルヘルス不調による病気休業中の部下に対する職場復帰支援（三次予防）についてメンタルヘルス不調の早期発見と早期対応について（二次予防）メンタルヘルス不調の未然予防や具体的マネジメントについて（一次予防・0次予防）

※ カリキュラムの一部が変更になる場合があります

受講者の声

メンタルマネジメントを学んだことで、周囲の不調のサインを見逃さずに対処できるように気を配っていきたいと思うようになりました。

とてもわかりやすく、実践的に感じました。また、個別面談の実施を悩んでいましたが、今回の受講でやってみようと思いました。

メンタルヘルスマネジメントの事がわかり、うつ病の症状やセルフケアの事、三次、二次、一次、0次予防の事が詳しくわかりました。価値基準の違いを理解するためにコミュニケーションを取る事が大切だと知り、職員とコミュニケーションを取ろうと思いました。

