

# メンタルケア&ハラスメント講座

～若手社員の離職・不調を防ぎ、心理的安全性の高い職場づくりをめざす!～

- 職場環境の悪化は、メンタル不調やハラスメントの横行に繋がり、職場の健全さが失われ、特に若手社員の離職者や不調者が増加します。
- 本講座では、メンタルヘルスとハラスメントを軸に、健全な職場環境づくりをめざし、最新の話題と情報を提供します。
- 世代間ギャップを理解し、離職や不調防止へ繋げるコミュニケーションも学びます。
- 良好な人間関係をつくるとともにストレス耐性を高めるコツを学びます。
- ケーススタディを通じて、自ら考え、参加者同士の意見交換により、交流を図ります。

日時：2024年5月16日(木) 10:00～16:30

講師：(公財)日本生産性本部 メンタル・ヘルス研究所  
研究主幹、主席コンサルタント 飯田 進一郎 氏



プロフィール

30年以上、メンタルヘルス活動に従事し、現場・職場・マネジメント  
目線の実践的な講義と丁寧な資料は、大変わかりやすいと、参加者の  
満足度も高く、好評である。

対象：職種問わず

- 中堅層・リーダー層・管理者
- 人事・労務・安全衛生などの実務担当者
- 労働組合の担当者
- 職場環境を考えるすべての方 など

会場：勤労福祉会館 2階 研修室 新潟市中央区新光町6-2 ☎025-281-3020  
※会場変更の場合は、ホームページ、参加証でご案内いたします。

参加費(資料代・ランチ代込み・税込)

■会員 1名 12,100円 ■一般 1名 16,900円

☆ 同一コースに3名以上参加される場合は1名につき1,000円、5名以上参加される場合は1名につき1,500円の割引をいたします。

☆ ラunchは①お弁当 ②不要よりご選択ください。(②不要をご選択の場合、受講料より500円お引きいたします。)

## カリキュラム

～ 第Ⅰ部 メンタルケア編 ～

1. 職場メンタルヘルス活動のエッセンス
  - ・企業、組織に求められる取り組みとは
  - ・リスクマネジメントとしてのメンタルケア
2. メンタルヘルス不調のサインと対応
  - ・ケーススタディを通じて学ぶ(ワーク)
  - ・うつ ・新型うつ ・発達障害 etc
  - ・調子を崩している人の気持ちと「健康な人」の意識との違いを理解する
  - ・拾うサインと求められるアクション
  - ・職場復帰と再発防止：主治医と産業医の違い
3. ウェルビーイングな職場環境を目指して
  - ・いきいき働ける職場環境とは

～ 第Ⅱ部 ハラスメント編 ～

4. 職場環境配慮義務とハラスメント
    - ・パワハラ、セクハラ、マタハラ、SOGIハラとは
    - ・ハラスメントの考え方と注意すべき行動
  5. ハラスメントのないコミュニケーション
    - ・パワハラと指導の違いを認識しよう
    - ・ケーススタディを通じて学ぶ(ワーク)
  6. Z世代、ミレニアム世代の特徴と接し方・関わり方
    - ・世代の特徴とコミュニケーションのヒント
    - ・心理的安全性、ポジティブフィードバックとは
    - ・若手社員の離職と不調を防ぐ職場環境とは
- ※個別相談に応じます

## 2024年5月16日「メンタルケア&ハラスメント講座」参加申込書

組織名	(会員・一般)	TEL	
所在地		FAX	
業種			
お申込み責任者 氏名	所属・役職 E-mail		
参加者	所属・役職	氏名 ふりがな	ランチの希望

ご記入いただきました個人情報には本研修の実施に係る資料等の作成及び当本部が主催する事業におけるサービス提供のみに利用いたします。

お申し込み FAX 025-290-7821又はメール [info@n-seisanseihonbu.com](mailto:info@n-seisanseihonbu.com)、QRコード申込フォームをご利用ください

申込フォームURL [https://docs.google.com/forms/d/1X6gCpbgZi2EiDiL\\_SzQBDH-8aEA11HpEJldZlxZxUvg/edit](https://docs.google.com/forms/d/1X6gCpbgZi2EiDiL_SzQBDH-8aEA11HpEJldZlxZxUvg/edit)

お問合せ先 TEL 025-290-7127 ※開催2週間前を過ぎてからのお申込みは、お手数ですがお電話でお問い合わせください。

