

【集合】 合同・監督者セミナー(メンタルヘルス)

● 研修のねらい

- ・ 監督者（グループリーダー・係長、課長補佐等）のマネジメント能力を高める。
- ・ 職場環境整備の観点から部下のストレスに気づくためのポイントを学ぶとともに、職員のメンタルヘルス不調の早期発見や職場復帰などラインケアの方法を習得する。

● この研修のおすすめポイント

- ・ 職場の雰囲気をよくしたい方や、メンタルヘルス不調者への対応方が分からない方におすすめ。
- ・ 部下をメンタルヘルス不調にさせないための、具体的な方法を身に付けることができます。

● 日程・開催場所

第1回 令和7年1月17日（金） まなびの館ローズコム（福山市）

第2回 令和7年1月23日（木） 自治総合研修センター（光町庁舎）

● 予定人員

45人×2回 計90人（県16人、市町74人）

● 対象者

（県） グループリーダー、係長、主査及びこれに相当する職以上にある職員

（市町） 係長及び係長相当職（専門員、企画員等）以上の職員〔係長等歴概ね5年以上〕

● 講師（予定）

《メンター・クラフト 葛西 伸一》

株式会社メンター・クラフト代表取締役。メンタルケア心理士/メンタルヘルス・マネジメントⅡ種/豪州ボンド大学MBA（経営学修士）。大学卒業後、大手エレクトロニクス商社に勤務。その後、伊藤忠グループ企業を経て2007年に株式会社メンター・クラフト設立。

● 標準プログラム

1日 合計6.0時間

9:25 - 9:30 オリエンテーション

9:30 - 16:30 ・ラインケアとセルフケア

- ・ 心の病気とは
- ・ ストレス要因を考える
- ・ 早期発見（異変に気づく）
- ・ 適切な対処
- ・ 職場復帰する仲間の受け入れ方

◇受講者の声

- ・ メンタル不調は、誰でもなりえるのは何故か、ということがよくわかった。
- ・ とてもいい研修でした。もっと早くに受講しておけばよかったと思いました。
- ・ 講師の先生が、身近な事例や経験を話していただき分かり易かったです。