

# メンタルヘルス研修(ラインケア)

## ■受講対象者

- 管理監督者
- メンタルヘルス担当職員・相談員

## ■研修のねらい

- 管理職として、部下（職員）の抱えるストレスに気づき対処する方法（ラインケア）を身につけ、「健やかな職場」になることを目指す。メンタルヘルスへの理解を深めたうえで、部下（職員）がストレスを抱える要因を把握し、組織として対処するための方法を習得する。

## ■講師紹介

(株)インソース  
守田 久実子 氏

### ■本協議会での研修実績

- ・メンタルヘルス研修（ラインケア）(H29～)
- ・メンタルヘルス研修（セルフケア）(H29～)



## ■参加者の声

- 部下に対する気づき、声掛けの重要性を認識。また自分自身がストレスを抱え込まないようにと思いました。
- 部下との接し方やコミュニケーションの取る必要性等は理解できた。コミュニケーション等の重要性を感じた。
- 予兆などよく見ておくべきであり、日頃からのコミュニケーションも必要だと感じました。

## ■カリキュラム

9:00 9:15 9:30 12:10 13:10 16:30

受付	オリエンテーション	メンタルヘルスの現状	昼食	発覚・休職時の対応、職場復帰の支援
----	-----------	------------	----	-------------------

## ■研修の概要

持参物、事前課題等は研修協議会ホームページでご確認ください。

【日程】 第1回 平成30年11月 6日(火)

第2回 平成30年11月 7日(水)

第3回 平成30年11月21日(水)【セルフケアから変更】

【定員】 1回 42人

【会場】 熊本県市町村自治会館別館 2階 会議室

【申込期限】 平成30年10月12日(金)