

メンタルヘルスケア研修

開催要綱

趣旨 近年、職員の心身の健康を保つことや、事業所における心の健康づくりの取り組みがますます重要になってきています。

本研修は、職員・管理監督者の双方を対象に、「労働者の心の健康の保持増進のための指針」に沿って、職場におけるメンタルヘルスケアの基本的な考え方や進め方について学ぶことを目的に開催します。

職員・管理監督者の双方がストレスに気づき、その対応について理解するための方法や、管理監督者に求められる「いつもと違う」職員の様子への気づきや職員からの相談対応等の方法について理解を深めます。

1. メンタルヘルスケアについて体系的に学べます

職場において「メンタルヘルス対策」が求められるようになった背景から、メンタルヘルスケアの基本的な考え方・具体的な進め方について体系的に学べます。

2. 「いつもと違う」同僚や部下に気づくための視点を理解します

4つのケア（セルフケア、ラインによるケア、事業場内産業保健スタッフ等によるケア、事業場外資源によるケア）を学び、未然防止として管理監督者が取り組むべき職場環境等の把握と改善を理解します。

3. 現代におけるハラスメントとその防止策を学べます

心身ともに健康で働き続けるために必要な職場内の環境整備について理解するとともに、現代におけるハラスメントとその防止策まで、いま押さえておきたいポイントを学べます。

開催形式

オンライン（オンデマンド配信）

対象

社会福祉施設・社会福祉協議会等の職員（衛生管理者を含む）
メンタルヘルスケアに関心のある方（管理監督者・職員のいずれも受講可能です）
* その他の公益法人等が経営する社会福祉施設・事業所等の職員の方も受講可能です。

配信期間

令和6年7月10日（水）～8月30日（金）

申込期間

令和6年5月10日（金）～6月7日（金）

研修費用

会員・準会員 5,000円 非会員 12,000円

受講決定

令和6年6月14日（金）までにご連絡します。

時間	研修科目	研修内容
約 60 分	講義 1 「メンタルヘルスの現状と必要性について」	職場においてメンタルヘルスクエアが求められるようになった背景や、福祉の現場で働く職員にかかるストレスの現状や負担を踏まえた上で、改めてメンタルヘルスクエアの基本的な考え方と必要性について学びます。
約 90 分	講義 2 「職場におけるメンタルヘルスクエアの効果的な進め方について」	メンタルヘルスクエアは、「セルフケア」、「ラインによるケア」、「事業場内産業保健スタッフ等によるケア」、「事業場外資源によるケア」の4つのケアが継続的かつ計画的に行われることが重要です。 ここでは、主に職員・管理監督者の双方を対象とする「セルフケア」や、管理監督者が「いつもと違う」職員に早く気づいて対応することが重要となる「ラインによるケア」の具体的な取組みについて、理解を深めます。
約 90 分	講義 3 「働きやすい職場環境を作るためにできること」	福祉の仕事は、対人援助特有の悩みや疲労、人間関係のストレスから心身の不調に陥り、離職する方も少なくありません。 メンタルヘルスクエアの観点から、心身ともに健康に働き続けることができるような環境整備のポイントやハラスメント防止対策、コミュニケーションの方法を学びます。