

～ 豊富な演習と事例で職場実践に活かす！ ～

# 職場管理のためのメンタルヘルス研修(ラインケア)

## ねらい

部下と管理監督者自身の〈心のSOS〉を見逃さないために、メンタルヘルスの必要性・重要性を理解するとともに、管理監督者の役割について学びます。

また、自己理解を深め、自分自身のストレス対処法や、職場でのより良いコミュニケーションのあり方についても学びます。

## 期待効果

- 1 管理監督者として、職場から「メンタル不調者を出さない・つぐらなす」ための対策を学べます。
- 2 事例検討を通じて、職場で起こる事例に対しての具体的な対処能力を高めます。
- 3 メンタルヘルスやコミュニケーション能力向上のために、日常使える手法を身につけることができます。
- 4 従業員のモチベーションをアップさせるためのノウハウを学べます。

## 講師プロフィール

【講師】 田嶋 広士 (たじま ひろし) キャリア&メンタルサポート 代表  
【プロフィール】

カウンセリング(メンタル及びキャリア)や交流分析の手法を用いた、各種研修を得意としています。

また、現在携わっている産業カウンセラー養成講座(一般社団法人 日本産業カウンセラー協会)では、実技指導リーダーとして、15年以上の経験があり、官公庁や民間企業に勤務する人の事情に通じています。

さらに、高崎経済大学で、学生のキャリアやメンタルの相談にも応じています。

「気づき」を大切に、「知っている」から「使える」知識が身につくことを目指しています。

そのため、研修では、「気づき」のための様々なツールを用いて、受講者を、わくわくする自己発見の旅へといざなっていきます。

## 開催要項

開催日時： 平成30年 **5月23日(水)**  
9:30～16:30

会場： 群馬県職業能力開発協会(2階研修室)  
伊勢崎市宮子町1211-1

対象者： 人事・労務管理担当者、人材研修担当者等  
(職種・業種・学歴・年齢は、問いません。)

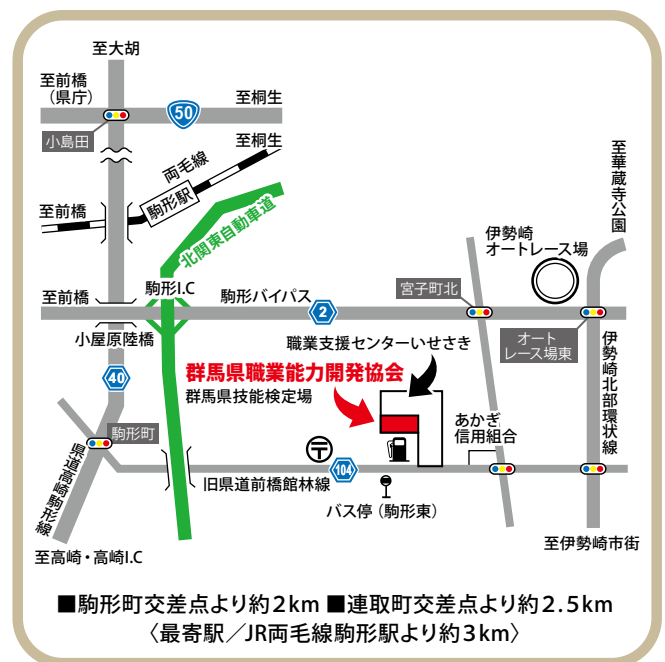
定員： 25名(先着順)定員になり次第、締切りとなります。

受講料： 10,000円(税込 10,800円)〈当協会会員〉  
15,000円(税込 16,200円)〈一般〉  
●受講料は研修開催日の5日前(土、日、祝祭日含む)までにお振り込み下さい。お振り込みが確認できない場合は受講をお断りいたします。  
●研修開催日の5日前(土、日、祝祭日含む)からの受講取消し(キャンセル)について、受講料の返還はいたしませんのでご了承下さい。

申込手続： 裏面申込書に記載の上、研修開催日の10日前までに、郵送又はFAXでお申し込み下さい。  
研修開催日の3週間前になりましたら、受講票と請求書をお送りします。

その他： 昼食、飲み物は、各自ご用意下さい。  
なお、申込が定員に達しない等の理由により、中止または、延期をする場合があります。

## 《 研修会場案内図 》



お問い合わせ・お申し込み先

**群馬県職業能力開発協会**

担当： 総務企画課

〒372-0801 伊勢崎市宮子町1211-1

TEL：0270-23-7761

FAX：0270-21-0568

<http://www.gvada.jp/>

内容・スケジュール

※内容は多少変更することがありますのでお含みおき下さい。

午 前		午 後	
9:30	<b>開講式</b>  <b>第一部（ラインケアを中心に）</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>メンタルヘルスにおける管理監督者の役割</li> <li>労働者のメンタルヘルスの現状</li> <li>ストレスの受け止め方</li> <li>ラインによるケアの進め方</li> <li>ストレスマネジメント</li> </ul>	13:00	<b>第二部（自己理解を中心に）</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>交流分析とは</li> <li>自己理解のためのエゴグラム等演習</li> <li>職場での対話のあり方の検討</li> <li>職場活性化のためのストローク</li> <li>あなたのコミュニケーションの特徴</li> </ul>
12:00	< 昼 食 >	16:30	閉講式

FAX 0270-21-0568 群馬県職業能力開発協会 総務企画課 あて

【 A-008 職場管理のためのメンタルヘルス研修（ラインケア） 5/18 受講申込書 】

(フリガナ) 会社・団体名			業 種	
所 在 地	(〒 - )		当協会会員 ・一般の別	<input type="checkbox"/> 当協会会員 <input type="checkbox"/> 一 般
ご 担 当 者	所属(部・課)			
T E L	F A X			
ご 担 当 者 E-mail	請求書宛名		<input type="checkbox"/> 会社担当者 <input type="checkbox"/> その他 ( )	
(フリガナ) 受講者氏名	所属・役職		( 年 齢 ) 性 別	
(フリガナ)			( )歳 男・女	
(フリガナ)			( )歳 男・女	
(フリガナ)			( )歳 男・女	
(フリガナ)			( )歳 男・女	