

ハラスメント&メンタルヘルス対策講座(札幌開催)

人材定着!安心して働きやすい職場環境づくりを目指す

研修期間 2026年6月11日(木)～6月12日(金)

対象者 経営幹部・管理者など

定員 / 受講料 25名 / 22,000円(税込)

- ・働きやすい職場づくりに取り組みたい方
- ・ハラスメント対策に関心がある方
- ・職場のメンタルヘルス対策に関心がある方
- ・社員の健康管理に課題を感じる方

日数 / 時間数 2日 / 14時間

研修会場 (独) 中小企業基盤整備機構北海道本部 大会議室(札幌市中央区北2条西1丁目1-7 ORE札幌ビル6階)

研修のねらい

将来にわたる成長と発展のためには、人材確保につながる社内環境の整備が不可欠です。一方で、職場のハラスメントやメンタル不調は、生産性の低下や離職率の上昇を招く深刻な問題となっています。特に、コミュニケーション不足やストレス管理の不備は、職場環境の悪化を加速させる要因です。ハラスメント防止や社員の心身の健康促進は、離職防止、生産性向上だけでなく、企業イメージアップの向上や採用活動の強化にもつながるため、これらの取り組みを強化することが重要です。

本研修では、雇用を取り巻く最新事情と働き方の変化を理解した上で、働きやすい職場環境づくりにつながるハラスメント対策、メンタルヘルス対策、健康増進等の重要性を事例を通して学びとともに自社での今後の取り組みを検討します。なお、1日目は会社・職場として、2日目は管理者・上司としてどのように取り組んでいくのか、組織面と個人面からのアプローチで学習していきます。

研修の特徴

- ・社員の健康増進、職場環境づくりの重要性を理解し、自社での実践を具体的にイメージします。
- ・ハラスメント対策の重要性と、具体的なアクションを理解します。
- ・部下や管理者自身のメンタルヘルス不調の予兆の把握と対処方法を学びます。
- ・ストレスを軽減する職場でのコミュニケーションのポイントを学びます。

カリキュラム概要 ※カリキュラムは都合により変更する場合がありますので予めご了承ください。

月/日	時間	科目	内容	講師(敬称略)
6/11 (木)	9:50～10:00	開講式 オリエンテーション		
	10:00～12:30	「働きやすさ」を実現する職場環境の整備	企業価値の向上につながる魅力ある職場環境づくりの意義と、その中核になる考え方や取り組み方法について学びます。 ◆「働きやすさ」と「働きがい」について ◆「健康経営®」という考え方 ◆高まる「健康経営®」の重要性とその取り組み	社会保険労務士法人 トゥービーワーク 代表社員 柳沢 隆
		ハラスメント対策のポイント ～会社としての取り組み～	パワーハラスメントをはじめとするハラスメント対策として、会社は雇用管理上の措置を講ずることが求められています。労務管理上のトラブルの実例から企業の経営リスクを考えた際に、どのような対応が必要か演習を通じて学びます。 ◆職場におけるハラスメントの基礎知識 ◆ハラスメント防止のための雇用管理上の措置 ◆職場におけるハラスメント事例【演習】	
		メンタルヘルス対策のポイント ～会社としての取り組み～	メンタルヘルス不調の予防や不調者発生時に会社として適切な対応方法について、演習を通じて学びます。 ◆メンタルヘルス対策に取り組む意義 ◆職場のメンタルヘルスケア (長時間労働対策、健康管理、ストレスチェック、コミュニケーション) ◆職場におけるメンタルヘルス不調対応事例【演習】	
	13:30～18:00	社内コミュニケーションの活性化	ハラスメントやメンタルヘルス対策として、職場内のコミュニケーションは欠かせません。社内でのコミュニケーションの活性化の取り組みを考えます。 ◆心理的安全性の高い職場環境の整備 ◆共通目的と貢献意欲 ◆職場のコミュニケーションを活性化する取り組み【演習】	
	自社の職場環境のチェック(演習)	学習した内容を踏まえて、チェックリストで自社の職場環境を確認し、課題を認識します。		
6/12 (金)	9:30～12:30	働きやすい職場を作る必要性と管理者の役割	◆働きやすい職場とは ◆業務遂行だけでなく管理者の役割 ◆急いでいないけど重要な部下の育成	こころの共育研究所 代表 庄司 順子
		ハラスメント対策パワハラにならないための心構えとコミュニケーション	◆パワハラになりやすい原因(起きやすい職場と個人要因) ◆無意識の思い込みとは ◆チェックリストによる無自覚の自己分析 ◆イラッとしたときの対処法 ◆管理者に必須のストレスマネジメント ◆パワハラにならない伝え方	
	13:30～17:30	メンタルヘルスの対策(部下と組織を守るラインケア)	部下のメンタル不調を未然に察知するための知識や対応法(ラインケア)を学び、部下と組織を守ります。 ◆メンタルヘルスの全体像 ◆管理者の行う3つの予防 ◆管理者に必須のストレスマネジメント	
		働きやすい職場づくりのためのコミュニケーション	安心して話せる働きやすい職場づくりのためのコミュニケーションのコツを学びます。 ◆上司からのコミュニケーションを増やすポイント ◆職場全体のコミュニケーションを増やすポイント	
		自社での実践の検討(演習)	研修のまとめとして、自社の職場環境改善への取り組みについて課題を整理し、アクションプランを作成します。	
	17:30～17:50	終講式		

講師紹介



柳沢 隆 (やなぎさわ たかし) 社会保険労務士法人トゥービーワーク 代表社員

2007年中小企業診断士登録、2008年社会保険労務士登録、2010年やなぎさわ労務マネジメントを設立。後に2022年社会保険労務士法人トゥービーワークとして法人化。社会保険労務士として労働・社会保険手続き、給与計算、就業規則作成、助成金申請等の顧問業務に従事しながら、中小企業診断士として中小企業の経営支援も手掛ける。顧問先へのアドバイスは、経営全般から営業経験を活かした販路開拓支援、人事・賃金制度の設計・運用など、多岐に渡っている。また、雇用管理や人事制度などのセミナー講師として、実績を多数有している【健康経営エキスパートアドバイザー】。



庄司 順子 (しょうじ じゅんこ) こころの共育研究所 代表

人材定着コンサルタント。心理カウンセラー、産業カウンセラー、NLPプラクティショナー、認定NLPコーチ、AIファシリテーター、ファイナンシャルプランナー。大手損保・生命保険会社の営業として10年勤務。500名以上の顧客に接し、支社営業成績No.1。生保業界で最も権威ある賞の1つである、営業成績と継続率の高さを誇る「国際継続率優秀賞」(IQA)を受賞。退職後子育てに悩んだことから、コーチング・心理学を学び、相談件数350件以上。目に見えない分野の専門家として、人間心理に基づくマネジメント、風土改革、組織の関係性向上を得意とする。ハラスメント・メンタルヘルス相談窓口も有り、福祉や製造業界では、伴走型定着支援コンサルティングで実績を上げている。研修は、「分かりやすく、やってみようと思える」とリポート率が高い。