

社員のメンタルヘルスケアと働きやすい職場環境づくり 健康経営の考え方・進め方(松江市開催)

[テクノアークしまね開催]

広島校

人事・組織

研修のねらい

社員の健康増進を会社全体の課題として取り組む「健康経営®」が広がっています。社員の健康促進は職場の生産性向上や社員の離職防止、企業のイメージアップにつながり、会社全体の業績にも好影響を与えるとして注目を集めています。

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や健康増進、メンタルヘルスケアの重要性について事例を通して学びます。また、メンタルヘルスケア実践に必要なコミュニケーションや社員自らが行うストレスへの対処法を体得し、自社での今後の取り組みを検討します。

研修期間

2023年 **7/24**月~**25**火

(2日間、13時間)

対象者

経営者・経営幹部 等

定員 25名

受講料 22,000円(税込)

会場

**テクノアークしまね
大会議室**

島根県松江市北稜町1

研修のポイント

- ☑ **働き方改革や最新の法律改正、コロナ禍による企業経営への影響について学びます。**
- ☑ **メンタルヘルス対策の重要性と管理者自身が対処する方法について学びます。**
- ☑ **社員の健康増進、職場環境づくりの重要性を理解したうえで、自社での実践方法について検討します。**

月日	時間	科目	内容	講師(敬称略)
7/24 月	9:20~ 9:30	開講式・オリエンテーション		
	9:30~12:30	雇用環境の変化と健康経営®	働き方改革や新型コロナ禍による雇用環境の変化を理解した上で、会社として「健康経営®」に取り組む意義について学びます。 ・「健康経営®」という考え方 ・「健康経営®」に取り組むメリット ・「健康経営®」と「働き方改革」 ・新型コロナ禍の影響とその対応 ・「健康経営®」の進め方	社会保険労務士法人 トゥービーワーク 代表社員 柳沢 隆
	13:30~16:30	社員の健康増進と職場環境づくり	職場で発生する労務トラブル事例の演習を行いながら、社員の健康増進の重要性を学ぶとともに、働きやすい職場環境づくりの取り組みについて意見交換を行います。 ・社員の健康管理 ・長時間労働による健康トラブル ・ハラスメント、メンタルヘルス対策のポイント ・エンゲージメントを高める取り組み	
	16:30~17:30	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ます。 コンプライアンス/ハラスメント対策/メンタルヘルス対策/ワーク・ライフ・バランス/エンゲージメント	
7/25 火	9:30~12:30	ストレスケアと職場のコミュニケーション(演習)	部下のメンタル不調を未然に察知する知識や対応法(ラインケア)と管理者自身が自らのストレスに対処する方法(セルフケア)を学び、ヘルスリテラシー向上に繋がります。 ◆部下のメンタル不調を未然に察知する知識や対応法(ラインケア) コロナ禍におけるメンタルヘルスの進め方と役割 メンタル不調になる人とならない人の違い ◆管理者自身が自らのストレスに対処する方法(セルフケア) ストレス反応と要因 ストレス対処法を増やす~コーピング ◆生活習慣の改善(食生活・運動機会・睡眠) ◆女性の健康課題 ◆職場のコミュニケーションを増やすために	こころの共有研究所 代表 庄司 順子 (前掲) 柳沢 隆
	13:30~15:30			
	15:30~16:30	自社での実践の検討(演習)	研修のまとめとして、自社の「健康経営®」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。 ・組織と個人の両面から問題点や課題を整理 ・自社のアクションプランの作成	
	16:30~16:40	終講式	修了証書の交付	

※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。
※「健康経営®」はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。

講師紹介(敬称略)



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

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、2022年社会保険労務士法人トゥービーワークへ法人化。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。



こころの共有研究所 代表
庄司 順子 (しょうじ じゅんこ)

人材活性コンサルタント。メンタルコーチ、心理カウンセラー、産業カウンセラー協会認定講師。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、親しみやすい人柄と地道な活動で支社営業成績No.1。生保業界で権威ある賞の1つで営業成績と継続率の高さを誇る国際継続率優秀賞(IOA)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300件以上。組織の関係性を高めることを得意とし、企業のトップと社員の橋渡しを、風土改革や定着率支援サポートをしている。リーダー層の意識改革、メンタルヘルスなどの要望も多く受け、特に福祉業界で成果を上げている。研修は、「わかりやすく、実践しようと思える」と口コミで好評を得ている。

●お申込み方法

2023年度開講コースから、受付は原則WEB申込みとさせていただきます。

●受講決定と受講料の納入

開講日の約1か月前から当校より貴社の事務連絡担当様あてに「受講受入決定通知書」「受講料振込用紙」等を送付いたします。
受講料は記載された指定期日までにお振込みください。
※振込手数料はご負担ください。
※納入後の受講料は、キャンセルされる場合でも一部又は全額を申し受けますので、予めご了承ください。

●研修会場へのアクセス

テクノアークしまね 本館

〒690-0816 島根県松江市北陵町1番地

TEL: 0852-60-5100

〈お車をご利用の場合〉

- ・無料駐車場（114台分）有
- ・松江だんだん道路川津ICから車で約7分

〈交通機関をご利用の場合〉

- ・JR松江駅北口から市営バス16系統「ソフトビジネスパーク行き」の終点「テクノアークしまね」下車
- ・JR松江駅よりタクシーで約15分

お問合せ先：中小企業大学校 広島校
広島市西区草津新町1-21-5
TEL: 082-278-4955



WEB申込みの方法（2023年度開講コースから、受付は原則WEB申込みとさせていただきます）

こんなメリットがあります！

- 書類記入が不要
- 初回申込みの際、WEB企業IDをご登録いただくと次回ログインから会社情報などが自動入力
→ **初めてお申込みの方・WEB企業IDが未登録の方** をご覧ください
- 申込みされた履歴が閲覧可能（コース・受講者情報など）



- ① 広島校のトップページにある「Web申込みへ」をクリックし、開いた画面の「Web申込み」をクリックします
(<https://www.smrj.go.jp/institute/hiroshima/>)



- ② 各研修画面の「Web申込み」からも申込み画面に移移します



初めてお申込みの方・WEB企業IDが未登録の方

WEB企業IDを登録することで、次回からのお申込みがより簡単に！ぜひ、この機会にご登録ください。

- (1) 「WEB企業IDでログイン」部分は入力せず「コース名」から順にご入力ください
- (2) 「WEB企業IDの登録」選択部分で「可」をご選択ください
(企業IDの登録はせず、受講申込みのみをされる場合は「否」を選択)

※お申込み完了後、ご登録されたE-mail宛てに「お申込み受付の確認メール」が送信されますので、内容をご確認のうえ、WEB企業IDのパスワード設定をお願いいたします。

- 2 お申込み情報を入力後、「確認画面へ」をクリックし、内容をご確認いただき、正しければ「申込み実行」をクリックします

- 3 申込み処理完了後、確認メールが送信されます
(メールが届かない場合は、お手数ですがご連絡ください)

申込みに関するお問い合わせはこちらから

—2023年4月から受講申込み受付センターが新たに開設—

jm-kenshu@smrj.go.jp