

ハラスメント、メンタルヘルス対策講座

安心して人が根付く！「働きやすさ」のある職場づくり

研修のねらい

将来にわたる企業の継続・発展のためには、人材の確保につながる社内環境整備の不断の取り組みが欠かせません。ハラスメント防止や社員の心身の健康促進は、離職防止、職場の生産性向上、企業のイメージアップにつながり、会社全体の業績や人材採用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、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」、「心理的安全性を高めるコミュニケーション」の3つのポイントについて、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、事例を通して学んでいきます。研修のまとめとして自社での今後の取り組みを検討します。

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。

研修期間

2026年 5/27(水)~28(木)
(2日間・14時間)

対象者

経営幹部・管理者

- 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
- メンタルヘルス対策に関心がある方
- 「健康経営®」に関心のある方

定員 20名

受講料 22,000円(税込)

※受講料は変更になる場合があります。

会場

中小企業大学校 三条校

新潟県三条市上野原570

月日	時間	科目	内容
5/27 水	9:20~9:30	オリエンテーション	
	9:30~17:30 (お昼休憩 12:30~13:30)	「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について学びます。 ● 「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
		ハラスメント対策	● 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	● 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) ● 職場におけるメンタルヘルス不調対応事例【演習】
		社内コミュニケーションの活性化	● 心理的安全性の高い職場環境の整備 ● 職場のコミュニケーションを活性化するための取り組み【演習】
5/28 木	9:30~17:30 (お昼休憩 12:30~13:30)	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、課題を認識します。
		働きやすい職場の重要性	● 管理者の役割の再確認 ● 上司ができる職場環境づくりとは ● ハラスメントが起きやすい職場とは
		部下と組織を守るメンタルヘルス対策(ラインケア)	● 無意識の思い込みとチェックリストによる自己分析 ● 指導する上での心構え、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
		働きやすい職場づくりのためのコミュニケーション	● 上司からのコミュニケーションを増やすポイント ● 職場全体でコミュニケーションを増やすポイント
	17:30~17:40	修了証書の授与	まとめとして、自社の職場環境の課題を整理、アクションプランを作成します。

※カリキュラムは都合により変更する場合がございますので予めご了承ください。

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 (やなぎざわ 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年やなぎざ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】。



こころの共育研究所
代表
庄司 順子 (しょうじ じゅんこ)

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ファンリテーター、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一つである、営業成績と継続率の高さを図る「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行い、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」とリピート率が高い。

独立行政法人 中小企業基盤整備機構
中小企業大学校 三条校

お申込み方法、お問い合わせ先等は裏面をご覧ください。
Webからもご覧いただけます。

三条校

検索



◆WEB申込みの方法

1 ホームページにアクセス
[三条校] <https://www.smrj.go.jp/institute/sanjo/index.html>



2 三条校トップページ下部
三条校のおすすめ-「申込みから受講までの流れへ」をクリック。
→「Web申込みへ」をクリック



※三条校の研修を探す-「研修一覧」より研修を検索してからも「WEB申込み」を行うことができます。

3 「受講コース」を選択後、必要事項を入力してください。



4 確認画面 → 申込み実行
「確認画面へ」をクリックし、内容が正しければ「申込み実行」をクリック。



申し込み完了後、三条校から確認メールが送信されます。
※確認メールが届かない場合や確認メールの内容が異なる場合は、お手数ですが三条校までご連絡ください。

次回からのお申込みが簡単に!

Web企業IDの登録がおすすめ!

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。

登録方法

① 受講申込みのページ「事務連絡担当者」欄にある「Web企業IDの登録」で「可」を選択してください。

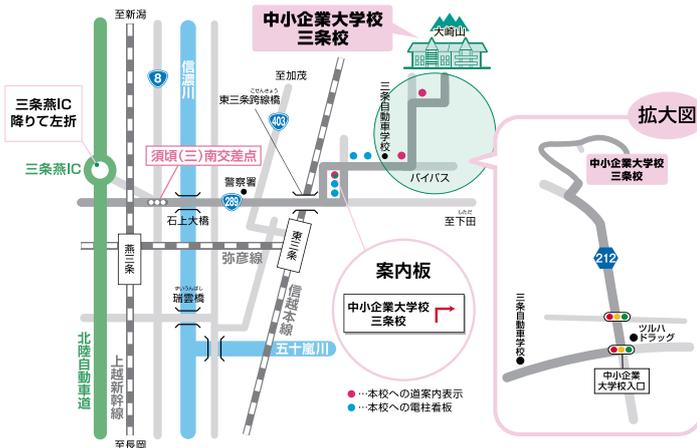


- ・初回お申込み完了後、ご登録のe-mailアドレス宛に「お申込み受付の確認メール」が送信されます。
- ・内容に従い、必ずWeb企業IDのパスワード設定をお願いします。
- ・次回以降は「Web企業IDを登録」欄にIDと設定したパスワードを入力ログインしていただく企業情報などが自動で入力されるほか、過去の申込履歴をご覧いただけます。

受講申込みにおける個人情報の保護について

個人情報保護法に定義される個人情報に該当する情報については、中小機構内で実施する事業で使用します。当該個人情報の第三者(業務委託先及び担当講師を除く)への提供または開示はしません。ただし、お客様の同意がある場合、及び法令に基づき要請された場合については、当該個人情報を提供できるものとします。

◆会場のご案内



自動車ご利用の場合

- 北陸・関越自動車道(高速)「三条燕インター」…………… 7.4km(約25分)
- 国道8号線「須頃(三)南交差点」…………… 7.1km(約25分)

※ 国道289号線(下田方面)に沿って「信越本線陸橋」(東三条陸橋)を渡れば、本校まで7~8分の距離です。また、その辺りから案内標識や電柱看板が出ています。

JRご利用の場合

- 上越新幹線の「燕三条駅」…………… 7.9km(タクシー約25分)
- 信越本線の「東三条駅」…………… 3.8km(タクシー約10分)

◆受講対象企業

資本金、従業員数のいずれかが下表の範囲であれば対象となります。

業種	資本金	従業員数
製造業・建設業・運輸業・ソフトウェア業・情報処理サービス業・その他の業種(*)	3億円以下	300人以下
卸売業	1億円以下	100人以下
小売業	5千万円以下	50人以下
サービス業	5千万円以下	100人以下
旅館業	5千万円以下	200人以下

(*) その他の業種には、鉱業・電気・ガス・熱供給・水道業、金融・保険業、不動産業等が含まれます。
(*) 経営コンサルタント等の中小企業の支援に関する事業を営む方、中小企業診断士・税理士・公認会計士・技術士等の中小企業支援に関する資格を有する方、教育・研修事業者の方は受講をお断りする場合がありますので、あらかじめご了承ください。

◆宿泊の申込み方法

宿泊をご希望の方は、お電話またはWEB申込みの入寮申込欄に必要事項をご入力の上、お申込みください。お問い合わせフォームからも申込みできます。
施設/ 宿泊室のほか、談話室・浴室・図書室・体育室などがあり、快適な研修生活を送っていただけます。

- 寮費/ 1泊朝食付2,500円(税込)
※寮費は変更になる場合があります。詳しくはお問い合わせください。
※事前のご連絡なく宿泊をキャンセルされた場合、寮費を全額申し受けますのでご了承ください。
- 食事/ 昼、夕食合わせて1,300円程度
- 駐車場/ 無料(100台収容可能)

◆受講決定のご連絡

受講申込みをされた企業の連絡担当者様宛てに、開講1か月前を目途に『受講受入決定通知書』を送付いたしますので、指定期日までに受講料をお振込みください。
※指定期日までに入金がない場合、受講いただけない場合がありますので、ご注意ください。
※納入された受講料は、受講辞退の場合でもその全額または一部を申し受けますのでご了承ください。

◆注意事項

※応募者多数の場合、受講人数を調整させていただく場合がございますので、予めご了承ください。

お問い合わせ先

中小企業大学校三条校 研修担当

〒955-0025 新潟県三条市上野原570 TEL:0256-38-0770(代) FAX:0256-38-0777



この印刷物は「グリーン購入法」に適合した再生紙を使用しています。