

令和5年度 管理職のためのメンタルヘルス講習会
管理職のためのメンタルヘルス
～誰もが健やかに働ける職場づくり～

収録型
WEB 研修

本研修の主旨

福祉職場における人材定着・離職防止が依然として大きな課題となる中で、職員のメンタルヘルスケアに対する組織的な取り組みを行うことが方策の一つとして挙げられます。

管理職がメンタル不調のサインを把握したり、部下の相談対応等といった職場環境を改善するための取り組み（ラインケア）を行ったりすることで、職員の休職や退職のリスクを減らすことが可能になります。しかし、部下のメンタルヘルスを気に掛けるだけでなく、管理職自らのメンタル不調を防ぐことも管理職は忘れてはなりません。

そこで本研修では、ラインケアの他に、セルフケアを通して自らのストレスの予防方法を学びます。また、チームの心理的安全性を高めるためにできること、そのためのリーダー行動を考え、誰もが健やかに働ける職場づくりに役立てます。

1 配信期間

令和5年**11月7日**（火）10時～**12月26日**（火）17時（WEBによる収録動画配信）
※上記の期間内であれば、複数回・途中からでも視聴することができます。

2 対象

東京都民を対象とする福祉施設・事業所の施設長・事業所長および管理監督者など

3 受講料

無料

4 内容

◆プログラム

- (1) メンタルヘルス不調のサイン
- (2) メンタルヘルス不調への対応方法（ラインケア）
- (3) 誰もが健やかに働ける職場づくり（心理的安全性）
- (4) 自身のメンタルヘルス不調を防ぐために（セルフケア）

◆研修時間（個人ワークを含む）**130分**



5 申込締切

令和5年**10月19日**（木）

【講師プロフィール】

田村 三太 氏 (一社)MHC リサーチ&コンサルティング 代表理事

国際 EAP コンサルタント(CEAP-International)・精神保健福祉士・キャリアコンサルタント
日本産業精神保健学会精神保健福祉士部会事務局員
日本精神保健福祉士協会分野別プロジェクト「産業精神保健」委員
東京精神保健福祉士協会自殺対策委員会研修委員
日本認知療法・認知行動療法学会若手セラピストトレーニング部会員・心理職部会員
集団認知行動療法研究会一次予防 WG・中級研修会プログラム委員
東京都立中部総合精神保健福祉センター生活訓練科リワーク(復職支援)プログラム講師
東京都中野区区民公益活動推進協議会・健康福祉審議会障害部会各委員
CHO(Chief Happiness Officer)や CWO(Chief Well-being Officer)として
従業員の健康や幸せの向上に向けたサポートを行っている

【講師からメッセージ】

今回の管理職のためのメンタルヘルス講習会は、管理職や従業員“個人”のメンタルヘルスだけに焦点を当てるのではなく、従業員がいきいきと働くことができる職場づくりという“環境”にまで視野を広げてプログラムを組みました。職場を変えていくキーパーソンは管理監督者です。管理監督者によって良くも悪くも組織は変わっていきます。本講習会ではレジリエンス(困難を乗り越えるしなやかな強さ)のアセスメントも行うことができます。個人のレジリエンス向上だけでなく、組織のレジリエンス向上も意識しながら、誰もが健やかに働ける職場づくりを目指していきましょう。

6 その他

- ① 「パスワード」は10月26日(木)以降、「けんとくん」にご登録の事業所アドレス宛に「メール」でお送りします10月30日(月)までに届かない場合は、お手数ですがお問い合わせください。
- ② 配信開始後、「けんとくん」の動画視聴ページより「資料」(PDF等)をダウンロードできます。
- ③ 「字幕」付きの研修動画もご用意しています。

7 主催

社会福祉法人東京都社会福祉協議会 東京都福祉人材センター研修室

【お問合せ先】

社会福祉法人東京都社会福祉協議会 東京都福祉人材センター研修室(湯沢・平尾)
〒112-0006 東京都文京区小日向4-1-6 東京都社会福祉保健医療研修センター1階
TEL: 03-5800-3335 研修受付システム「けんとくん」 <https://www.kentokun.jp/>

けんとくん

