

自分も家族も職場も地域も日本も元気にする！ メンタルヘルスラインケア講座

コロナ禍以降、多くの職場で、コミュニケーションの減少や人間関係の希薄化などにより、新たな不安やストレスが生じています。社員のメンタル不調は、組織の生産性低下や職場のトラブルにつながりかねず、メンタルヘルス対策には、管理者の役割が非常に重要です。管理職やチームリーダーの立場にある人は、日常的にスタッフの様子に気を配り、不調への気づきと適切な対応が求められます。本講座では、安全配慮義務や、管理職によるラインケアの重要性、より良い職場づくりに必要なコミュニケーションのあり方など、社員が能力を最大限発揮できる活気ある職場づくりの為に、管理者として取り組むべきラインケアの基礎知識と対策について、具体的な対処法を交えながら解説致します。この問題に関心をお持ちの全ての皆様に、広くご理解とご認識を深めて頂ける大変良い機会です。是非、ご参加下さい。

※ラインケアとは？＝管理者(管理職・上司)が部下のメンタル不調に対し、早期的に気づき、指導・相談を行い、職場環境の改善を行う取り組みの事です。

Zoomライブ講義：令和7年 2月 4日(火) 14:00～16:00 (2時間)

オンデマンド配信：講義翌々日から1か月！ライブ終了後は、希望日から1か月間

講義内容

1. メンタルヘルスにおけるラインケアの重要性
2. メンタルヘルスケアに対する正しい知識
3. 職場環境の問題点の把握と改善
4. 管理監督者として認識すべき事と対処方法
5. 管理監督者の役割とメンタルヘルスケアの意義
6. 管理者の役割としてのストレスマネジメント
7. 職場のストレスと業務上の配慮
8. 話しやすい(良い)聴き方(聞く・聴く・訊くの違い)
9. 年間自殺者数の推移
10. 「うつ」への対応(本人への対応、周囲のサポート)
11. うつ病の従来型と現代型
12. 自殺予防の十箇条(厚生労働省)
13. メール相談件数の年次推移と累計
14. メール相談 月別相談件数の推移
15. 相談活動におけるツールの比較
16. ネットメンタルヘルスチェックシステム“メンタルろうさい”の特色
17. コロナ禍の復職支援(オンラインの活用)
18. 心の健康問題により休業した労働者の職場復帰支援の手引き
19. メンタルヘルス対策を推進する上での困難な事項
20. 専門医による「合同面談」を用いた職場訪問型復職支援のメリット
21. 職場訪問型復職支援のステージ
22. 在宅勤務環境の整備
23. 相談体制の整備
24. メンタルヘルスの観点からの職場づくり

【講師紹介】



独立行政法人 労働者健康安全機構 横浜労災病院
勤労者メンタルヘルスセンター センター長

医学博士 山本 晴義(やまもと はるよし)先生

産業精神医学、心療内科に精通するメンタルヘルスのエキスパート。うつ病を始めとする勤労者の精神疾患の予防や治療、職場復帰支援に取り組んでいる。

【略歴等】

1991年 横浜労災病院心療内科部長
1998年より現職。
2014年 治療就労両立支援部長
神奈川産業保健総合支援センター相談員、
日本心療内科学会監事・専門医、日本産業ストレス学会理事、
日本産業精神保健学会評議員、日本心身医学会評議員、
日本職業 災害医学会評議員、埼玉学園大学客員教授、
文京学院大学講師、厚労省ポータルサイト「こころの耳」委員など
2018年 文藝春秋2018年10月「人間力」がある専門医91人に選出

【著書】

「心の回復 6つの習慣」(集英社)
「ストレス一日決算主義」(NHK出版)
「初任者・職場管理者のためのメンタルヘルス対策の本」(労務行政)
「ビジネスマンの心の病気がわかる本」(講談社)
「メンタルサポート教室」(新興医学出版)
「ドクター山本のメール相談事例集」(労働調査会)
「図解やさしくわかるうつ病からの職場復帰」(ナツメ社)等

※諸般の事情により、講座が中止・変更となる場合がございます、ご了承下さい。

受講料 5,500円(税込)

受講保証 ※期間内に受講出来なかった場合は、
ご相談ください。

主催：公益財団法人神奈川県労働福祉協会

共催：神奈川県立かながわ労働プラザ

お申込み TEL 045-633-5410
お問合せ FAX 045-633-5412

お申込フォーム、FAX(裏面)にてお申込み下さい。
※詳細はホームページをご確認下さい。



お申込フォーム

受講者の声

- ・メンタルヘルスのラインケアとの事で、初めての内容で理解がすすみました。
- ・メンタルヘルスマネジメント検定の復習が出来ました。
- ・事例による解説で、具体的な状況などもイメージ出来て、理解しやすかったです。
- ・日頃の声掛けや顔色、体調状態の確認をする大切さ。それを継続すること。
- ・一日決算主義の進めやセルフケアとラインケアの両方を学ぶことができた。
- ・事例での回答の仕方や部下に対する見方など参考になりました。
- ・実際のメール相談内容をもとにしたお話が聞け、大変有意義でした。先生の見解や熱意を感じ、人対人であると再認識した反面、しっかり基準、軸を持つ事が大事であると感じました。
また、個人的にも 一日決算主義は意識し、取り入れたいと思います。
- ・こころの耳、山本先生の著書等で、監理職としてラインケアが出来るようにさらに学びたいと思います。
ありがとうございました。

■下記の内容をご確認のうえお申込み下さい。

- ① Zoom及びWEBプラットフォームを活用したZoom&オンデマンド講座となります。
- ② 受講申込書にて講座の視聴用及び資料の送付先メールアドレスをお知らせ下さい。
- ③ 受講の詳細は、お申込後に改めてメールにてご案内致します。
- ④ Zoomライブ講義の受講については事前登録が必要です。

※開講前日までに必ず「ミーティング登録」ページにて、必要事項をご入力の上ご登録下さい。

■WEBオンデマンド講義の受講について

受講料のお振込、又は、お振込予定日が確認出来ましたら、配信予定日までに、「テキスト・視聴用URL・ID・パスワード」をお送りします。

■労働講座情報



@roudoukouza

(公財)神奈川県労働福祉協会が主催する労働講座のX(旧Twitter)公式アカウントです。
勤労者の方、労働組合員の方、人事労務管理等に携わる皆様に
有益な講座情報をお届けします。

※切取らず、このまま送信して下さい。

R7.2.4 メンタルヘルスラインケア講座

受講申込書

FAX 045-633-5412

フリガナ 受講者氏名		区分	<input type="checkbox"/> 個人申込 <input type="checkbox"/> 会社等組織から申込
組織名称	※個人でお申込の方は記入不要です。	所属・部署	
		業種	
連絡先住所 (資料等送付先)	〒		<input type="checkbox"/> 勤務先 <input type="checkbox"/> 自宅
Eメール		TEL	
		FAX	
■本講座を何でお知りになりましたか？(情報の入手先について) <input type="checkbox"/> 勤務先 <input type="checkbox"/> 労働組合 <input type="checkbox"/> 知人 <input type="checkbox"/> DM <input type="checkbox"/> FAX案内 <input type="checkbox"/> 会報・機関誌 <input type="checkbox"/> メルマガ <input type="checkbox"/> SNS <input type="checkbox"/> ネット検索 <input type="checkbox"/> ホームページ <input type="checkbox"/> チラシ(場所) <input type="checkbox"/> その他()			

※ご提供頂きました個人情報は、講座の開催及びご案内に関する業務の範囲内で使用させていただきます。また、組織よりご参加の場合、貴組織名を参加実績などの形で、ホームページ等に記載させて頂く場合がございます。