
平成29年度 職場におけるメンタルヘルス研修 実施要領

1. 目的

近年、仕事や職業生活に関する強い不安や、悩み、ストレスによって「心の病」を患う人が増加傾向にある中で、心の健康対策（メンタルヘルスケア）は、職員がいきいきと働くための第一歩であり、組織が健全に機能するためのリスク管理のひとつでもあります。

本研修は、日常業務におけるメンタルヘルスや相談への対応、セルフケア等、**管理者が職場のメンタルヘルスに当たる際に必要なポイント**について理解・習得することを目的とします。

2. 主催 社会福祉法人 福島県社会福祉協議会

3. 期 日 平成29年12月19日（火） 午前10時20分～午後4時

4. 会 場 ビッグパレットふくしま 3階 中会議室
郡山市南二丁目52番地 電話 024-947-8010

5. 受講対象 ○福島県社会福祉協議会 会員施設限定

社会福祉施設（事業所）の施設長（管理者）・副施設長等の運営管理職員
※申込者多数の場合は、1施設（事業所）1名に調整させていただく場合がありますので、ご了承ください。

6. 定 員 80名 ※定員になり次第、申込締切日前でも締め切らせていただきます。

7. プログラム 別紙のとおり

8. 研修経費 1人 7,000円 ※当日受付にて申し受けます。

9. 申込手続 別紙「受講申込書」に必要事項を記入のうえ、FAXにて
平成29年11月20日(月)AM8:30から
12月 5日(火)PM5:00までに下記へお申込み下さい。

福島県社会福祉協議会 人材研修課 〒960-8141 福島市渡利字七社宮111番地 FAX 024-521-5663 / TEL 024-523-1259
--

10. 個人情報の取扱い 本研修会において受講申込書に記載された個人情報は、運営管理の目的にのみ利用させていただきます。なお、本研修会の名簿に所属・役職・氏名を掲載いたします。

11. その他 昼食は各自準備してください。（館内のレストランは、当日は定休日となっております。）

平成29年度 職場におけるメンタルヘルス研修 プログラム

○期日：平成29年12月19日(火)

○会場：ビッグパレットふくしま
3階 中会議室

時 間	科 目	講 師
9:45～10:20	開 場・受 付	
10:20～10:30	開 会・オリエンテーション	
10:30～12:00	【講義・演習Ⅰ】 「福祉職場でのメンタルヘルスについて」 ・メンタルヘルスの基礎知識 ・ストレスチェック制度 ・管理監督者の役割と責任 ・部下からの相談への対応	仙台心理カウンセリング 田村みえ 氏
12:00～13:00	昼 食 ・ 休 憩	
13:00～14:30	【講義・演習Ⅱ】 「傾聴技法について」 ・ストレスチェックの体験 ・信頼関係の築き方 ・傾聴の体験	同 上
14:30～14:40	休 憩	
14:40～15:40	【講義・演習Ⅲ】 「セルフケアと自律訓練法について」 ・セルフケア ・タイプ別「ストレスチェック」 ・リラクゼーション「自律訓練法」の体験	同 上
15:40～16:00	質疑応答・アンケート記入	
16:00	閉 会	