

# メンタルヘルス&ハラスメント対策講座

～労使で考える健全で生産性の高い職場づくりを目指して～

## 開催のご案内

少子高齢化に伴い、労働人口が減少し、人材の流動性が高まる中で、大卒新入社員の離職率は30%前後で推移し、「心の病」は10～20代が急増し、精神障害の労災認定の年齢層は分散化するなど、働く人へ影響は、健康面だけでなく、パフォーマンス発揮やモチベーションへの影響も懸念されます。

本セミナーでは、「メンタルヘルス」と「ハラスメント」を中心テーマに、知識を再確認と情報のアップデートを図り、職場を取り巻く「最近起きている様々な話題」を提供します。労使が一層連携を深め、「働く人の視点」から取り組みを進め、職場環境の健全性を高めることを考えていきます。

◇日 時：令和7年10月7日(火) 10:00～16:45 (9:30～受付)

◇場 所：宇都宮卸商業団地協同組合 2F 中会議室

(宇都宮市問屋町 3172-1 TEL 028-656-2323)

◇対象者：人事・安全衛生担当・責任者、労組役員・担当者、産業保健スタッフ等

◇定 員：50名

◇参加費：会員 9,500円 一般 12,500円 (テキスト代、昼食代、税込)


## 講座のねらい

～ 労働行政の動向をはじめ、最新の話題を提供します ～

○職場メンタルヘルスを巡る情報のアップデートを図り、取り組み推進の参考に資する

○企業・労組、それぞれの立場・視点に立った、労使で取り組むメンタルヘルス活動を考える

○職場環境整備に加え、労働者のパフォーマンス発揮に繋げるセルフケア手法を体験する

プ ロ グ ラ ム		講 師	
10:00	<b>1. 職場メンタルヘルス活動のエッセンス</b> 1) 企業・組織に求められる取組みとは 2) リスクマネジメントとしてのメンタルケア <b>2. メンタルヘルス不調のリスクテイクと対応</b> 1) 早期発見・早期対応と職場復帰・再発防止 2) 「調子を崩している人」の気持ちと行動 <b>3. 職場環境配慮義務とハラスメント</b> 1) ハラスメントの考え方と注意すべき行動 2) 世代の特徴とコミュニケーションのヒント 3) 労使で考えるいきいき働ける職場づくり <b>4. セルフケアの考え方とリラックス法の体験</b> 1) パフォーマンス発揮に繋げるセルフケア	講師：飯田 進一郎 (公財) 日本生産性本部 メンタル・ヘルス研究所 特別研究員 主席コンサルタント	
(休憩)		30年以上にわたり、産業メンタルヘルス活動に従事し、現場・職場・マネジメント目線の実践的な講義と丁寧な資料、最新の話題提供は、大変わかりやすいと、参加者の満足度も高く、好評である。  現在、日本自律訓練学会評議員、日本精神衛生学会(元)理事、神奈川県中小企業メンタルヘルス対策アドバイザー(神奈川県委嘱)。中央労働災害防止協会メンタルヘルス教育研修トレーナーコース 講師。	
16:45	<b>5. アンケートの意見シェアタイム</b> ～ケース検討などのグループワークも行います～		

## 参加申し込み方法

- 1 参加のお申し込みは、「参加申込書」に所要事項をご記入の上、10月1日(水)までにFAXでお送りください。
- 2 開催5日前までに参加証をお送り致します。  
ご不明な点は下記に問い合わせ願います。

※ 個人情報の取り扱いについて

参加申し込みによりご提供いただいた情報は、当本部の個人情報方針に基づき、安全に管理し保護の徹底に努めます。本事業実施に関して必要な範囲で参加者名簿等の資料を作成し、当日講師、参加者等の関係者に限り掲示等させていただきます。ただし、法令に基づく場合などを除き個人情報を第三者に開示、提供することはありません。

(問い合わせ先) (一社) 栃木県生産性本部 事務局 楯石・手塚  
宇都宮市中央3-1-4 TEL 028-637-1008

### メンタルヘルス&ハラスメント講座(10/7)参加申込書

FAX: 028-638-8868

会社名(労働組合名) \_\_\_\_\_ 所在地 〒 \_\_\_\_\_  
(業種; \_\_\_\_\_)  
連絡担当者 ( \_\_\_\_\_ ) TEL ( \_\_\_\_\_ )  
E-mail ( \_\_\_\_\_ ) FAX ( \_\_\_\_\_ )

参加者の氏名	役 職 名	参加費 金 _____ 円  ※当日現金持参希望のかたはご連絡ください。 振込先は参加証にてご案内いたします。
(フリガナ)		
(フリガナ)		
(フリガナ)		



HP からの申し込みもできます→