

企業力を高める 「メンタルヘルス対策」の具体的な取り組み方

～ 社内推進体制の導入方法と改善方法をグループワークを交えて解説します～

- 日 時 2025 年 8 月 26 日 (火) 13 : 00 ～ 17 : 00
 - 会 場 名古屋中小企業投資育成(株) 研修室
 - 講 師 (株)教育デザインラボ 代表取締役 特定社会保険労務士・公認心理師 新美智美 氏
 - 対 象 者 総務・人事部門の管理者・実務担当者および経営者、産業保健スタッフ
 - 持 ち 物 名刺、筆記用具
 - 受 講 料
- | | 投資先企業 | 投資先以外 |
|----|---------|----------|
| 1名 | 5,500 円 | 11,000 円 |
- 消費税込み

● 研修のねらい

近年、メンタルヘルス対策は、従業員の心身の健康を守るだけでなく、企業の生産性向上や人材定着に直結する重要な施策とされています。

本研修では、メンタルヘルスの現状や対策に取り組む企業のメリットを明らかにし、実効性のある推進体制づくりのポイントとその好事例を解説します。また、ケーススタディを通じて現場で直面しがちな課題に対処する実践的なスキルを養い、メンタルヘルス対策を企業文化の一部として根付かせるための具体的な方策を探ります。本研修を通じて、企業全体の力を高めるためのメンタルヘルス施策の実践力向上を目指します。

● カリキュラム

カリキュラムは一部変更させていただく場合がございます。ご了承くださいますようお願いいたします。

1. メンタルヘルスの現状と企業の課題

- (1) 労働者のストレス状況
- (2) 企業のメンタルヘルスの取り組み状況
- (3) 企業が直面する課題(未然防止の難しさ、管理職・同僚たちの疲弊等)
- (4) 【グループワーク】「自社のメンタルヘルス対策の課題は？」

2. メンタルヘルスに取り組む企業のメリット

- (1) ダメージ(法的リスク、勤怠不良)の低下
- (2) 定着率向上への影響
- (3) 生産性・エンゲージメントの向上
- (4) 企業イメージ・採用力への好影響

3. 社内推進体制づくり

- (1) 推進体制の基本モデル
- (2) 各担当者の役割と連携・好事例紹介
- (3) 事業場外資源の活用・好事例紹介
- (4) 【グループワーク】「形骸化した衛生委員会を活性化するには？」

4. 現場で起きがちな課題への具体的対処

- (1) 【グループワーク】管理職の負担感をどうケアするか
→ 好事例紹介
- (2) 【グループワーク】復職者の支援に疲弊する職場
→ 好事例紹介

5. ポジティブメンタルヘルスの考え方

- (1) 「問題が起きてから」ではなく「日常的に心の健康を育む」考え方
- (2) 心理的資本(レジリエンス・自己効力感など)の活かし方
- (3) 「弱さの表明」ができるチームづくり
- (4) 【グループワーク】「自分の職場で“心の健康”を育てるには？」

6. 明日からの実践に向けて

- (1) 本日の学びの振り返り
- (2) 【個人ワーク】自社での「最初の一步」を考える
- (3) 【共有】一步を踏み出すためのアイデアを交換

講 師 紹 介

株式会社教育デザインラボ
フローリッシュ社労士事務所

代表取締役
所長

ニイミ トモミ
新美 智美 氏

大学卒業後、商社で人事労務を担当。社内のメンタルヘルス不調者の対応や休職者の復職支援制度の導入に携わる。その後、社会保険労務士試験に合格し、2013年フローリッシュ社労士事務所開業。特定社会保険労務士のほか、公認心理士、ハラスメント防止コンサルタント、キャリアコンサルタントの資格を活かし、メンタルヘルス対策だけでなく、ハラスメント防止対策、セミナー・講演活動等で活躍中。2023年4月に株式会社教育デザインラボを設立。

- 定 員 30 名（申し込み先着順・定員に達し次第締め切らせていただきます）
- 申込締切日 2025 年 8 月 12 日（火）
- お申し込み・キャンセルについて

下記の「受講申込書」に必要事項をご記入の上、FAXにてご送付下さい。

申し込み受付後、「受講証」と「請求書」をお送りしますので銀行振込にてお支払下さい。なお、開催日の1週間前になっても受講証が届かない場合は、お手数ですが下記お問い合わせ先までご連絡下さい。

申込締切日前でも定員を超える申込みがあった場合には、お断りさせていただくことがあります。

申し込み人数が5名以下の場合、やむを得ず開催を中止させていただくことがあります。

受講の取消しをされる場合は、開催日の前日より数えて3営業日前（土日・祝日、年末年始を除く）の午後5時までにご連絡下さい。それ以降のキャンセルに関しては受講料をご返金できませんので、ご了承下さい。

お申し込み・お問い合わせ先

株式会社投資育成総合研究所 M&T研修会事務局（担当）岩瀬、山口

〒450-0003 名古屋市中村区名駅南一丁目16番30号（名古屋中小企業投資育成㈱内）

TEL：052-581-9545 FAX：052-583-8501 E-mail：mandt@sbic-cj.co.jp

必要事項をご記入の上、切りとらずA4のままFAXにてご送付下さい。

株式会社投資育成総合研究所 M&T研修会事務局 宛

FAX 052-583-8501

受講申込書	企業力を高める「メンタルヘルス対策」の具体的な取り組み方		2025 年	研修番号
			8 / 26	19
貴社名				
住所	〒 -			
連絡担当者	氏名	所属名/役職名	Eメールアドレス（任意） 研修会ご案内のための登録が不要の場合は、□に✓をご記入ください。 □ 研修会案内登録を希望しない	
	TEL	-	FAX	-
受講者	所属名/役職名	氏名（フリガナ）	年齢	性別

申込書にご記入いただきました個人情報は、研修参加者名簿として研修の運営及び講師の参考資料として使用するほか、関連するアフターサービス、セミナー案内に関する情報のお知らせのために利用致しますが、他の目的には利用致しません。