



大分産業保健総合支援センター 宛  
**FAX 097-573-8074**

※ ご連絡先等をご記入の上FAXまたはメールでお送りください！

メンタルヘルス対策・心の健康づくり計画・ストレスチェック制度などに関する

# 事業場への個別訪問支援と 管理監督者研修等を無料で実施

事業場規模に関係なく  
 申込可

## 1 個別訪問支援 (無料)

- メンタルヘルス対策の取組み方 ●心の健康づくり計画の作成 ●ストレスチェック制度の実施
- 管理監督者研修 実施 事業場における、自主的なメンタルヘルス教育の継続に対する支援 ほか

## 2 管理監督者研修 (事業場ごとに1回無料)

事業場におけるメンタルヘルス教育の 継続的な実施 を普及させるため、管理監督者等に対するメンタルヘルス教育のデモンストレーションを実施します。

- メンタルヘルス対策が必要な理由 ● ストレスによる心と体への影響やうつ病を正しく知る
- いつもと違う部下の様子に気づき、声をかけるには
- 部下から相談があったとき、どう対応したらいいか
- もし、あなたの部下がうつ病にかかったら ● 医師などの専門家へのつなぎ方
- 部下のやる気と力を引き出す「聴く」技術 ほか

## 3 若年労働者向けメンタルヘルス研修 (事業場ごとに1回無料)

- 主に、就労して間もない若年層の自殺防止のため、労働者のセルフケアを促進するための研修

《個別訪問支援・管理監督者研修等 申込書》

希望内容 (0をつけてください。)	1 個別訪問支援	2 管理監督者研修	3 若年労働者向け メンタルヘルス研修	
事業場名				
所在地	〒			
担当者	部署	氏名		
連絡先	電話: E-mail:	FAX:		
希望日	第1希望	令和 年 月 日( ) 午前 ・ 午後	第2希望	令和 年 月 日( ) 午前 ・ 午後

※ お申込後、センターから電話にて「研修・支援内容や訪問日時等」の調整をさせていただきます。

※ ご記入いただいた内容は、センター業務に必要な範囲で限定して使用させていただきます。

※ 問合せ先 電話: 097-573-8070 E-mail : info@oitas.johas.go.jp

独立行政法人 労働者健康安全機構 大分産業保健総合支援センター (R元.5)