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

**事業場規模に関係なく**

**申 込 可**

**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**

**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（出前研修）・・・　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

● 部下のヤル気と力を引き出す「聴く」技術　　ほか

**3 若年労働者向けメンタルヘルス研修（出前研修）・・・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  （○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：　　　　　　　　　　　　　　　　 　　　FAX：  E-mail： | | | |
| 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

(R4.2)

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