

事業場規模に関係なく申込みできるゾウ



メンタルヘルス対策支援 訪問支援・研修を**無料**で実施

1 個別訪問支援…**無料**

メンタルヘルス対策・両立支援促進員等が職場を訪問し、メンタルヘルス対策の導入について具体的なアドバイスを実施

- ストレスチェック制度の導入（実施規定の作成、集団分析結果の見方と活用、職場環境改善の方法）
- 「心の健康づくり計画」の作成（計画の策定から実施までの状況に応じた支援）
- 「職場復帰支援プログラム」の策定・進め方（休業した労働者の職場復帰支援プログラム策定にかかる支援）
- 衛生委員会に関するご相談
- メンタルヘルス不調者の早期発見と適切な対応に関するご相談 等

2 管理監督者向けメンタルヘルス研修… **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の管理監督者等に対するメンタルヘルス教育

- 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 等

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**

就労して間もない若年労働者のセルフケア（自身の心の健康を確保するケア）を促進するための研修

お問合せ・お申込は…大分産業保健総合支援センターへ

電 話: 097-573-8070
メー ル: info@oitas.johas.go.jp
F A X: 097-573-8074

※ 申込書にご記入の上、メールまたは FAX でお送りください。
お申込後、センターから電話で「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。

個別訪問・管理監督者等研修申込書

申込日： 令和 年 月 日

【申込み内容】

- ☐ 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

事業場または団体名			
所属部署・担当者名			
所在地・連絡先等	〒		
	TEL	MAIL	
対象 / 人数	☐ 管理監督者 ☐ 一般労働者 ☐ その他 () _____ 名		
希望日時 ※時間は60分以上を 指定してください	第1希望 令和 年 月 日 ()	時 分 ~ 時 分	
	第2希望 令和 年 月 日 ()	時 分 ~ 時 分	
	第3希望 令和 年 月 日 ()	時 分 ~ 時 分	
希望テーマ・内容 目的等			
お申込みのきっかけ	☐ 労働基準監督署からの指導・指示 ☐ ホームページ ☐ 各種パンフレット・リーフレット ☐ その他 ()		

- ◎ 講師はパワーポイントデータでご説明をいたします。御社でご準備いただける機器に○印をご記入ください。
◎ 配布資料は御社で印刷をお願いします。

ご準備いただける 設備機器	☐ パソコン ☐ プロジェクター ☐ その他 ()
------------------	--

※ 申込書にご記入いただいた情報は当センターの業務にのみ使用し、第三者へ提供することはありません。

※センター記入欄

調整連絡日時	依頼講師
その他特記事項等	