

適切なストレスケアで若手社員の離職を防止！ メンタルヘルスケアセミナー

働く人の6割が仕事で強い「不安」や「ストレス」を感じているとのデータがあり、メンタルヘルス不調による理由で休職・退職する方は増加傾向にあります。特に若手社員は不慣れな業務や人間関係などによりストレスが拡大する傾向にあり、職場におけるメンタルヘルス対策は大きな課題となっています。

社員のメンタルヘルス不調を未然に防ぐには、社員自身が行う「セルフケア」とともに、管理職(上司)が行う「ラインケア」が重要です。そこで本セミナーでは、大切な社員がメンタルの不調によって休職や離職に追い込まれることがないように、管理職にある立場の人が、部下に対してメンタルヘルス対策をどのように行えばよいか詳しく解説します。この機会に是非ご参加ください。

講師紹介

かすや こうすけ
粕谷 幸佑 氏
コーピングデザイン代表



自動車関連会社、社会保険労務士事務所を経てメンタルヘルス支援会社へ転職。様々なマーケットに対して、健康やメンタルヘルスに関するサービスの提案営業を行う。現在は研修講師として独立し、様々な団体様に対してこれまでの経験を活かした幅広い研修を実施。また、AHCグループ株式会社の就労移行支援事業所にてカウンセリングにも従事。

講座内容

- 人はこんな時にストレスを感じている！？
- ストレスを感じたときの流れと上司の役割
- メンタルヘルスに関する事例
- 管理職によるラインケアの重要性
- 2次予防と上司の対応(有効なメンタルケアの方法)等

～ラインケア～

部長・課長等の管理監督者(上司)が主体となり、「いつもと違う」部下に早く気づき、事業所内のケアを行うことを指します。

■日時
令和5年11月8日(水)
14:00～16:00

■場所
KDDI維新ホール 204会議室
(山口市小郡令和1-1-1 新山口駅北口)

■対象
管理職、人事担当、経営者など
※限定ではありませんので、お気軽にお申し込みください

■受講料 ■定員
無料 30名

■お申込み
FAXまたは申込フォームより
お申込ください。

■お問合せ先
山口商工会議所
広域ビジネスサポートセンター
TEL(083)972-0075 (担当/三浦・山崎)

<申込フォーム>



『11/8メンタルヘルスケア～セルフケアとラインケア～』受講申込書【FAX 083-973-2789】※10/31締切

事業所名		住所	
受講者名		事業内容	
TEL		E-mai	