

# 令和5年度管理監督者に対するメンタルヘルス研修事業実施要領

長野県市町村職員互助会

## 1 目的

管理監督者がメンタルヘルスについて正しい知識を持ち、部下からの悩みの相談に適切に対処することが職場全体の人間関係の向上及びメンタルヘルス不調者の早期発見につながることから、本会加入団体（以下「団体」という。）の要請により管理監督者に対するメンタルヘルス研修会を開催し、管理監督者が必要な知識・技術を習得することを目的とする。

## 2 事業内容

メンタルヘルスケアの一つである、ラインによるケア（管理監督者が行う職場環境等の把握と改善・相談への対応）を実践するにあたり、部下の心の中にたまっているストレスを「聴く」ための傾聴法の実習を中心とした研修を行う。

### (1) 研修講師

一般社団法人日本産業カウンセラー協会認定 産業カウンセラー

### (2) 研修内容

- ①管理監督者の役割（ラインによるケア）とは
- ②傾聴法の基礎知識（講義）
- ③小グループによる実習
- ④セルフケアの実践
- ⑤世代間ギャップを埋める心得
- ⑥アサーション（コミュニケーション）術を学ぶ
- ⑦アンガー（怒り）マネジメント術を学ぶ 等

※④～⑦は希望により実施。

※合せて約3時間(団体の希望により調整可能。また、勤務時間外実施は要相談。)

## 3 研修費用

無 料

## 4 実施方法

- ①研修を希望する団体は、「管理監督者に対するメンタルヘルス研修申込書」に必要事項を記入のうえ本会へ提出する。
- ②本会は、講師及び団体と日程、場所、研修内容の調整を行う。
- ③研修を希望する団体へ講師が出向き、団体ごとに研修を実施する。（ただし、希望する団体数や実施期日、講師の日程等の状況によっては複数団体合同での実施もあり）

## 5 その他

- (1) 利用回数は、1団体年度内1回を原則とする。
- (2) 本会予算の都合により、当事業の実施団体数に制限を設ける場合もある。

管理監督者に対するメンタルヘルス研修申込書

互助団体名	(団体コード )
研修開催希望日	第1希望日： 年 月 日 ( ) 第2希望日： 年 月 日 ( ) 第3希望日： 年 月 日 ( )
研修時間	時 分 ~ 時 分
受講予定人数	人
担当者	所 属： 職・氏名： 電 話：( ) - (内線 )
連絡事項 (希望する研修内容等)	

提出先：長野県市町村職員互助会

F A X：026-235-2064

Eメール：(一般) [gojyokai@avis.ne.jp](mailto:gojyokai@avis.ne.jp)

(LGWAN) [gojokai.choson@union.nagano-map.lg.jp](mailto:gojokai.choson@union.nagano-map.lg.jp)