

従業員の心の健康をケアする
社内担当者を目指す！

初級

中級

各
4日間

受講料
無料

オンライン
開催

事例で学ぶ！メンタルヘルス対策

社内のメンタルヘルス対策についてこんな悩みをお持ちの方、ぜひご参加ください！

初級コース

メンタルヘルス対策 初心者 向け

予防

メンタルヘルス対策を初めて実施するが、何をやれば良いかわからない…。

不調初期

社員のメンタル不調を早期に発見できていれば…。

休職

休職中の社員のサポートの仕方がわからない…。

復職

休職後の職場復帰のタイミングがわからない…。



中級コース

メンタルヘルス対策の推進実績がある方 向け

予防

ストレスチェックは行っているが、効果が感じられない…。

不調初期

突然休む社員に対し、産業医とどのように連携し対応すれば良いかわからない…。

休職

産業医がない等で、担当者が面談する場合の対応方法がわからない…。

復職

休職と復職を繰り返す社員への対応に悩んでいる…。

社会保険労務士、弁護士、産業医等、それぞれの視点でメンタルヘルス対策について講じます！

日時

以下の日程よりお選びください。

※日程によりコースが異なります。

(全4回のご受講をお勧めしますが、1回のみ参加も可能です。)

開催
方法

オンライン
(Zoom を利用します。)



テーマ	日時		時間	内容 (初級・中級で、一部重複する内容がございます。)
	初級コース	中級コース		
総論	6月 7日(火)	6月 8日(水)	13:00~15:00	メンタルヘルス対策で職場活性化を行うために必要な視点について、近年のメンタルヘルスに関するトピックス
法律			15:00~17:00	法律・判例から学ぶ、メンタル不調者対応や休職復職対応等の事業者が講ずべき措置
医療	6月28日(火)	6月29日(水)	13:00~17:00	産業医から学ぶ、ストレス・精神疾患・メンタルヘルスケアについての知識とその対応方法
マネジメント	7月21日(木)	7月22日(金)	13:00~17:00	予防策としてのラインケア、不調者・休職者に対応できる体制づくり
まとめ	8月23日(火)	8月24日(水)	13:00~17:00	企業の取組事例紹介、受講者様の課題に合わせた講義内容

講師陣

担当：総論、まとめ



中辻 めぐみ 氏

社会保険労務士法人
中村・中辻事務所 代表社員
特定社会保険労務士

大分労働基準局に労働事務官(当時)として入局。現在は「メンタルヘルス」「過重労働対策」を中心に企業に向けてコンサルティングを行っている。講師活動は年間 100 本以上、企業、官庁などに向けて多数。

担当：法律



安倍 嘉一 氏

森・濱田松本法律事務所
弁護士

平成 17 年弁護士登録。解雇・残業代請求、労働組合との集団労使紛争案件、懲戒事例や休職事例に関する相談対応など、企業における人事・労務問題全般について豊富な実績を持つ。

担当：医療



鄭 理香 氏

株式会社
Ds'sメンタルヘルス・ラボ
代表取締役社長
精神保健指定医、
精神科専門医、産業医

大学病院や都立病院等を経て、東京大学 職場のメンタルヘルス専門コース TOMH を修了し、現職。臨床診療を行うとともに、産業医・顧問医・研修講師として、企業や教育機関等のメンタルヘルス対策に従事。

担当：マネジメント



上江 誠 氏

Hand in Hand
社会保険労務士事務所
代表
中小企業診断士・
社会保険労務士

従業員 1 ~ 150 名程の企業に対し、人事制度やメンタルヘルス対策の指導に携わる。自身の人事担当者としての経験を活かし、経営者及び担当者の視点からメンタルヘルス不調を予防する為のアドバイスを行っている。



東京都産業労働局



公益財団法人 東京都中小企業振興公社

コロナウイルス感染症拡大防止対策として、オンラインにて開催いたします。

下記の注意点をご確認のうえお申込みください。

①オンライン受講が可能な環境であることを確認してからお申込みください。以下のテスト URL にアクセスし、「Zoom」のインストールができるか、接続できるか等をご確認ください。

テスト URL : <http://zoom.us/test> ※テスト詳細については Zoom のヘルプをご参照ください。

②申込確認後、セミナー参加 URL・テキストダウンロード URL をメールにてご案内申し上げます。セミナー開催日時に、参加 URL よりログインしていただき、ご視聴ください。セミナー開催時間 15 分前よりログインいただけます。また、テキストは事前にダウンロード頂き、出力またはデータにてご用意ください。

③講義中の講師へのご質問も可能です。質疑応答の時間にて回答させていただきます。

④タブレットやスマートフォンでも視聴可能ですが、一部機能が限られる可能性がございます。

⑤本セミナーにつきましては、通常の会場参加型セミナーよりも集中する方が多いため、こまめに休憩をとるものとします。

⑥講義終了後に、オンラインにてアンケートを実施致します。ご協力の程お願い申し上げます。

⑦お申込みは各回前日までとなります。当日のお申込みは受け付けできませんので、ご注意ください。



受講対象	都内中小企業にお勤めであり、経営層・管理職、人事労務担当者等の自社内でメンタルヘルス対策を推進する方				
定員	各回 50 名 (先着順)	受講料	無料	講義時間	13:00 ~ 17:00
申込方法	「WEBフォーム」でお申込みの方 (https://www.tokyo-kosha.or.jp/topics/2203/0020.html) よりお申込みください。				
	「メール」でお申込みの方 以下の必要事項を記載の上、 fukuri@tokyo-kosha.or.jp まで送付ください。				
申込方法	・メール件名:「第1・2回メンタルヘルス推進リーダー養成講座」申込み				
	・メール本文: (1) 企業名 (10) 年代: 10代、20代、30代、40代、50代、60代以上 (2) 郵便番号、住所 (11) 受講者 E-Mail: 本メールアドレスにウェビナー登録用 URL をお知らせします。 (3) 電話番号 (12) 参加日: 初級 (6/7、6/28、7/21、8/23、受講無し) (4) 資本金 (13) 受講経験: あり・なし (5) 従業員数 (14) 講座を知ったきっかけ: チラシ、公社 HP、新聞、 情報通信業、その他 () 地域広報誌、メールマガジン、ダイレクトメール、その他 () (6) 業種: 製造業、卸売業、小売業、サービス業、 (15) 講師への質問 (任意記入) 情報通信業、その他 () (7) 主な取扱製品・サービス (8) 受講者氏名、フリガナ (9) 受講者部署名・役職名				
お問合せ先	後日メールにて、オンラインセミナーの参加方法をご案内いたします。開催日前日までにメールが届かない場合は、ご連絡ください。				
	公益財団法人 東京都中小企業振興公社 企業人材支援課 メンタルヘルスセミナー担当 TEL : 03-3251-7905				



本講義につきましては、録音・撮影・資料の転載等は禁止とさせていただきます。

●申込者情報のお取り扱いについて

【利 用 目 的】1 当該事業の事務連絡や運営管理・統計分析のために使用します。

2 経営支援・技術支援等各種事業案内やアンケート調査依頼等を行う場合があります。 ※左記2を希望されない方は、当該事業担当者までご連絡ください。

【第三者への提供】以下により行政機関へ提供する場合があります。

1 (目的1) 当会社からの行政機関への事業報告

2 (目的2) 行政機関からの各種事業案内、アンケート調査依頼等

3 (項目) 氏名、連絡先、当該事業申込書・アンケート記載の内容

4 (手段) 電子データ、プリントアウトした用紙

※目的2を辞退される方は、当該事業担当者までご連絡ください。

※個人情報「個人情報の保護に関する要綱」に基づき管理しております。当要綱は公社ホームページ (<https://www.tokyo-kosha.or.jp>) より閲覧及びダウンロードすることができますので併せてご参照ください。