



産業保健事業部

メンタルヘルス事業の概要

■メンタルヘルスサポートサービス

- ・メンタルヘルス対策の実践をトータルサポート
- ・サービス提供の方法

■ストレスチェックサービス

- ・ストレスチェックの導入およびフォローアップをサポート

■メンタルヘルスセミナー

メンタルヘルスサポートサービス

メンタルヘルス対策の実践をトータルサポート

快適な職場づくり、高ストレス者の早期対応、復職支援など、メンタルヘルス対策のそれぞれの段階に対応できるサービスがあります。

一次予防

- ・不調の未然防止
- ・事業場の活力の向上

・快適な職場づくりの提案/評価
・ストレスチェックに基づいた
職場環境改善の提案/評価

・ストレスマネジメント研修
・コミュニケーション研修
・職場環境改善のワーク

・新入社員、中途採用者、異動
者、昇格者の健康相談
・電話/メール相談

二次予防

- ・重症化防止
- ・早期発見と早期対応

・不調者の事例、高ストレス者
発生時の対応

・管理監督者研修
・事例検討会

・不調者、高ストレス者の面談
・上司等からの相談対応

三次予防

- ・再発予防
- ・事例発生後の対応

・復職事例の対応
・復職に関するルール/環境
整備の提案

・復職対応の研修
・復職対応の勉強会

・復職時、復職後のフォロー
アップ面談
・上司等からの相談対応

(サービス例)

上記の他、以下のようなサービスも提供しています。

☒ ストレスチェックの導入・運用などのサポート

⇒詳細は裏面をご覧ください。

☒ 社内報等の作成による情報提供

⇒社内報やリーフレットを作成し、メンタルヘルスに関する情報提供を行います。

☒ 災害、事故等が発生したときの対応

⇒従業員のメンタルヘルスに重大な影響を及ぼす出来事が起こったときのサポートを行います。

サービス提供の方法

各サービスは、以下のような形で提供しております。

事業所訪問

スタッフが事業所を訪問し、面談・事例対応相談・サービスの提案等様々なサービスを実施します。

☒ 半日(3時間～)

☒ 1時間単位

☒ 終日(5時間～)

セミナー

研修、勉強会などを行います。

☒ 60分～150分

※管理職対象、一般社員対象など

※3時間を超える場合は、半日訪問料金

その他

☒ 社内報

☒ 電話/メール相談 ※年間契約料金あり

ストレスチェックサービス

ストレスチェックの導入およびフォローアップをサポート

平成27年より開始したストレスチェック制度について、導入やフォローアップをサポートします。ストレスチェックの結果の活用の仕方に関するご相談にも応じます。

サービス	内容
研修・セミナー ※少人数向けの勉強会も含む	【時間】60分～90分 【人数】少人数～多人数 【研修内容(例)】 ・ストレスチェックとセルフケア ・ストレスチェックと職場環境改善 ・職場環境改善のグループワーク ・ストレスチェックを活用したメンタルヘルス対策 など
ストレスチェックの対応相談	【時間】30分～90分 【対象】 安全衛生推進担当者、人事労務担当者、産業保健スタッフ等1～3名 【内容】 ①ストレスチェックの活用の仕方 (セルフケア、職場環境等問わず) ②職場分析の結果の見方 ③職場環境の現状分析と改善ポイント ①～③すべて、またはいずれかの内容にて事業所を訪問します。
個人カウンセリング	【1人当たり時間】15分～50分 【人数】半日(3時間):3～6名 終日(5時間):5～10名 ※カウンセリングの契約書を別途作成します。 ※実施事業所の安全衛生推進担当者、人事労務担当者、産業保健スタッフ等との連携の仕方について確認します。



公益財団法人

福岡労働衛生研究所

Fukuoka Institute of Occupational Health

産業保健事業部

TEL 092-526-1033(代表)、092-526-1056(直通)

FAX 092-526-1039

E-mail : info@rek.or.jp

<http://www.rek.or.jp>

メンタルヘルスセミナーのご案内



セミナーを通じて、活力ある職場づくりをお手伝いします。

当研究所のメンタルヘルスセミナーでは、講師として臨床心理士が訪問します。セルフケア、ラインケア、コミュニケーション、職場環境改善など、多彩なプログラムを準備しております。メンタルヘルス対策の推進に、ぜひご活用ください。

▼セミナープログラム

セルフケア	
労働者一人一人のストレス対処能力の向上を目指します。	
テーマ	内容
メンタルヘルスの基礎知識	職場のメンタルヘルス対策について、ストレスとメンタルヘルス不調、ストレスの仕組み など
ストレスマネジメント	ストレスの仕組み、認知とストレス、ストレスと上手く付き合う方法 など
自分を知る	エゴグラム など（※簡単な心理テストを用いて、自分の行動や考え方の傾向を分析する）
休養・リラクゼーション	睡眠の仕組み、快適な睡眠に向けて、リラクゼーション法 など
その他	ご要望に応じたプログラムをご提案します。お気軽にご相談ください。

ラインケア	
管理監督者等のメンタルヘルス対策実践をサポートします。	
テーマ	内容
メンタルヘルスの基礎知識	職場のメンタルヘルス対策について、メンタルヘルス不調と組織への影響、メンタルヘルス不調の理解 など
早期発見と早期対応	メンタルヘルス不調者の早期発見・早期対応 など
コミュニケーション	話の聴き方、労働者の個性や特徴に応じた相談対応などコミュニケーション全般
事例検討	メンタルヘルスの各事例の対応の仕方・考え方
快適な職場づくり	職場環境改善の考え方、実践 ※ストレスチェックの結果に基づく分析結果の解説、職場環境改善にも対応
その他	ご要望に応じたプログラムをご提案します。お気軽にご相談ください。

若手社員対象、人事労務担当者対象、係長・主任クラスまたは課長クラス対応など、様々な階層に対応しています。
時間、対象人数についてはご要望に応じます。まずはお気軽にご相談ください。



公益財団法人

福岡労働衛生研究所

Fukuoka Institute of Occupational Health

産業保健事業部

TEL 092-526-1033(代表)、092-526-1056(直通)

FAX 092-526-1039

E-mail : info@rek.or.jp

<http://www.rek.or.jp>