

衛生管理講座 メンタルヘルス教育研修トレーナーコース 教科日程表

大阪安全衛生教育センター

| | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | | | | | | | | | |
|------|----------------------------------|------------------|------|-------|---|--------------------------|-------|-------|--------------|---|---------|--------|-------------------------|--------|---------|-------------------------|-------|------------|------------|-------|--|
| 第1日 | 8 | 9:20 | | 10:40 | 10:50 | 12:00 | 12:50 | | 14:10 | 14:25 | 15:25 | 15:35 | 16:35 | 16:45 | 17:45 | 17:55 | 18:55 | | | | |
| | 受付 | O | | | L1・2 | | 昼食 | | L1・2 | | | L4・5・6 | | 休憩 | L4・5・6 | | 休憩 | L4・5・6 | | L14-1 | |
| | 9 受付までに すること | 開講式 オリエンテーション | | 休憩 | L1:労働衛生管理概論 (トレーナーの役割と心得を含む) L2:関係法令(ストレスチェック制度を含む) | | 150分 | | コーヒー ブレイク | L4:メンタルヘルスの基礎知識 L5メンタルヘルス不調の気づき L6:メンタルヘルスの意義 | | 180分 | | 休憩 | 教育の方法 | | 60分 | | 夕食 (自習) | | |
| 第2日 | 8:30 | 9:30 | 9:40 | 10:40 | 10:50 | 11:50 | 12:40 | | 13:40 | 13:50 | 14:40 | 15:05 | 16:05 | 16:15 | | 16:30 | 16:40 | 18:55 | | | |
| | L8 | | 休憩 | L8 | | L3 | | 昼食 | | L3 | | L7 | | 休憩 | L7 | | L12 | | 休憩 | L12 | |
| | 職場復帰支援 | | | | 休憩 | 個人情報保護への配慮・企業リスク (判例) | | | | 休憩 | 企業の健康経営 | | | | 休憩 | セルフケア技法・積極的傾聴法 | | | | 夕食 | |
| 120分 | | | | 120分 | | | | 120分 | | | | 150分 | | | | | | | | | |
| 第3日 | 8:30 | 9:30 | 9:40 | 10:40 | 10:50 | 12:10 | 13:00 | | 13:50 | 14:00 | 14:50 | 15:05 | | 17:05 | | 17:15 | 18:55 | | | | |
| | L13 | | 休憩 | L13 | | L11 | | L10 | | 休憩 | L10 | | CS1 | | L14・CS2 | | | | | | |
| | 新型コロナ時代のメンタルヘルス (ストレスとの付き合い方) | | | | 休憩 | 事業場外資源 の活用 | | 昼食 | | 職場環境改善 (企業におけるメンタル対 策事例を含む) | | 休憩 | 職場改善の把握と改善の方法 (事例研究) | | 休憩 | 指導案の作成要領 (指導案の作成を含む) | | 夕食 (自習) | | | |
| 120分 | | | | 80分 | | 100分 | | 120分 | | 100分 | | | | | | | | | | | |
| 第4日 | 8:30 | 10:00 | | 10:15 | 11:15 | 11:25 | 12:25 | 13:15 | | 14:25 | 14:35 | 15:45 | | 16:00 | | | | | | | |
| | CS2・3 | | 休憩 | CS2・3 | | 休憩 | CS2・3 | | 昼食 | | CS2・3 | | 休憩 | CS21…3 | | 閉 講 式 | | | | | |
| | 指導案の作成・教育演技 | | | | | | | | | | | | O…オリエンテーション L…講義 | | | | | | | | |
| 350分 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |