

令和7年度 第2回長寿社会開発センター研究セミナー〈オンデマンド配信〉 のご案内

この度、長寿社会開発センターでは、「メンタルヘルス」をメインテーマとした研究セミナーを実施（動画視聴サイト又はYouTube/オンデマンド配信）することといたしました。

受講を希望される方は、以下をご確認のうえお申し込みください。

テ ー マ：「メンタルヘルス対策～ストレスマネジメントの実践～」【約90分/予定】

講 師： 大野 萌子氏（一般社団法人 日本メンタルアップ支援機構 代表理事）

講師紹介：

公認心理師、産業カウンセラー。

企業内健康管理室カウンセラーとしての長年の現場経験を生かした、人間関係改善に必須のコミュニケーション、ストレスマネジメント、ハラスメントの分野を得意とする。

内閣府などの官公庁をはじめ、大手企業、大学、介護・医療機関等で、6万人以上に講演・研修を行った実績あり。「世界一受けたい授業」「ホンマでっか!?TV」をはじめメディア出演多数。

著書「よけいなひと言を好かれるセリフに変える言いかえ図鑑®」（サンマーク出版）はシリーズ51万部超のベストセラー。

研修目的・研修概要：

令和5年「労働安全衛生調査」では、「過去1年間にメンタルヘルス不調により連続1ヶ月以上休業した労働者又は退職した労働者がいた」割合が、『医療、福祉』（産業別）では17.6%でした。

なかでも、「退職した労働者がいた」割合は12.0%を示し、『情報通信業』の14.7%に次いで、2番目にその割合が大きい結果でした。（令和5年「労働安全衛生調査」-事業所調査結果より）

また、上記調査の個人調査結果をみると、「現在の仕事や職業生活に関することで、強い不安、悩み、ストレスと感じる事柄がある」と回答した『医療、福祉』は77.4%（全産業計は82.7%）であり、その主な内容として、「仕事の量」（42.6%）、「仕事の失敗、責任の発生等」（35.1%）、「仕事の質」（30.9%）が上位を占めていました。

こうした結果からも、介護・福祉、医療の仕事に従事する方は、質が高く且つ多くの業務をこなすことが求められており、それらが、従事者のストレスの発生に少なからず影響があることが窺えます。

メンタルヘルス対策というと「ストレスチェック制度」の活用もあります。本制度は、自身のストレスの程度を自覚する上では有用かもしれませんが、適切な介護・福祉サービスを提供するためには、組織としてストレスマネジメント対策を講じることが必要です。

そこで、本セミナーでは、「なぜ、メンタルヘルス対策が必要なのか?！」の理解を深めるために、ストレスとは何か、自身のストレスの生じ方、ストレスへの対応方法（セルフケア）を学びます。

また、介護・福祉現場特有のストレス要因の把握を通じ、例えば、管理職の立場にある者等が、部下（同僚）の少しの不調に気づき、必要な配慮ができるよう、ストレスマネジメントについて考えます。

受講対象者：

- ・ 居宅介護支援事業所に勤務している方
- ・ 地域包括支援センターに勤務している方
- ・ 在宅サービス事業所に勤務している方
- ・ 基幹相談支援センターに勤務している方
- ・ 都道府県・市区町村職員
- ・ その他本テーマに興味・関心のある方

受講料：無料

実施方法：オンデマンド配信（動画視聴サイト又は YouTube による限定公開。期間中何度でも視聴可能）

配信期間：令和7年9月10日（水）10時～10月10日（金）17時迄

申込期間・申込方法：

- ・ 申込期間は、令和7年7月25日（金）10時～9月1日（月）17時迄です。長寿社会開発センターのホームページまたは QR コードにアクセスし、お申し込みください。

URL：<https://nenrin.or.jp/research/symposium.html>



※上記の URL にアクセスしてもお申し込みサイトが表示されない場合は、サイトページの更新、またはブラウザのキャッシュクリアをお試しください。

- ・ お申し込みの際はメールアドレスが必要です。
（※送信するメールに PDF を添付する場合があります。添付メールが受信可能なメールアドレスでお申し込みください。）
- ・ お申し込みの際は、メールアドレスに誤りがないか必ずご確認ください。
- ・ 事業所内で受講（視聴）を希望する方が複数いる場合は、それぞれ（各自）でのお申し込みが必要です（同じメールアドレスでのお申し込みは可能です）。お一人のお申し込みで複数人が受講（視聴）することはご遠慮ください。
- ・ 個人での受講（視聴）が原則です。端末のご用意がないなどやむを得ない事情がある場合は、複数名での受講（視聴）も可能とします。ただし、全受講（視聴）者のお申し込みが必要です。
- ・ お申し込み後の自動返信メールはありません。
- ・ 視聴 URL 等は、令和7年9月10日（水）10時にメールでご案内します。午後になってもメールが届かない場合は、事務局迄ご連絡ください。
- ・ 保険者主催の研修の一環として視聴を希望される場合は、事前にご相談ください。検討させていただきます。なお、研修として活用いただける期間は、配信期間内に限ります。

注意事項：

- ・ 申込者以外の第三者への視聴（受講）URL や研修資料等の転送・共有等を固く禁じます。
- ・ 動画視聴（受講）にあたって必要となるパソコン等の端末、インターネット回線等必要な設備は受講者ご自身でご準備ください。
- ・ データ通信にかかる費用は、受講者負担となります。
- ・ 本セミナーの録画・録音、撮影（スクリーンショット含む）は固くお断りします。
- ・ 本セミナー内容の盗用や SNS への投稿が発覚次第、著作権・肖像権侵害として対処いたします。
- ・ 動作環境の確認・詳細についてのお問い合わせには、対応いたしかねます。
- ・ 受講証明書や修了証等の発行はございません。

主催・問い合わせ先：

一般財団法人 長寿社会開発センター 調査研究開発部（古里（ふるさと）・田中）
〒105-8446 東京都港区西新橋 3-3-1 KDX 西新橋ビル 6 階
TEL：03-5470-6767 FAX：03-5470-6763 E-mail：kenkyuu2@nenrin.or.jp
