

管理職のためのメンタルヘルスセミナー

組織を、自分を活かす職場マネジメント
～これからのリーダーがおさえておくべき3つのポイント～

続発するメンタルトラブル、ますます厳しくなる成果への要求・・・いま、職場のリーダーたちは、ますます大きなプレッシャーにさらされつつあります。こうした状況の中で、部下の安全を守り、組織を活性化させ、また自分自身も健康を維持しつつ成長して、たしかな成果へとつなげるには、どうしたらいいか。多くのリーダーたちが抱える課題ではないでしょうか。また、メンタルトラブルの発生は、個人の問題にとどまらず、組織のパフォーマンス、企業の業績にとって大きなマイナスになり、訴訟問題やイメージ低下などのリスクも広がっています。

この様なことから今回のセミナーは、管理職のみならず、企業のメンタルヘルス担当者の方向けに対応したセミナーとなっております。上記のような視点から、これからの職場マネジメントの「ツボ」と言える3つのポイント、「部下育成」「リスク管理」「自己管理」について、実践的に考えてまいります。深刻化するメンタルヘルス問題の抜本的な予防にもつながると同時に、職場組織の活性化へと大きくステップを踏み出すためのキーポイントが学べる貴重な機会です。

みなさまのお申し込みをお待ちしております。

【 管理職のためのメンタルヘルスセミナー実施要領 】

開催日時	2026年5月28日(木) 14:00～16:30 (受付開始時間13:30～)
開催場所	TJKプラザ B1F 多目的ルーム 東京都千代田区富士見1-12-8
講師	山崎 友丈 氏(TJKメンタルヘルスセンター 所長)
対象者	TJK 被保険者である管理監督職および人事・総務・労務・健康管理担当の方
定員	90名 ※お申し込みは先着順とさせていただきます。
参加費用	無 料
申込方法	TJK ホームページ>事業所の方へ>各種セミナー、健康教室等
申込期限	2026年5月13日(水)

※同様の内容で、TJKプラザにて10月8日(木)の開催を予定しております。また、大阪にて7月23日(木)の開催を予定しております。

★「保養施設・運動施設の利用およびイベント・教室等の参加における個人情報の取り扱いについて」をお読みいただき、同意の上、氏名欄にご記入ください。個人情報の取り扱いについてはホームページに掲載しています。

[\(https://www.tjk.gr.jp/tjk/privacy-policy/management03/\)](https://www.tjk.gr.jp/tjk/privacy-policy/management03/)

～ お問い合わせ先 ～
東中野保健センター 健康管理グループ
TEL 03-3360-5951