

令和8年度 職場の健康づくり支援事業講演テーマ 管理職向けテーマ（現地・オンライン）

※ 講演の所要時間

1時間版 : 45分以上1時間30分以内

2時間版 : 1時間30分超2時間以内

※ 「教職員のためのメンタルヘルスガイド」の利用可

※ ○は実施可

		講演テーマ（例）	1時間版		2時間版	
			現地	オンライン	現地	オンライン
1 生 安 管 理 衛	1-1	安全配慮義務		○		
	1-2	管理職としての職場の安全衛生について	○	○	○	○
2 管 職 員 健 康	2-1	生活習慣病予防セミナー	○	○	○	○
	2-2	健康管理のための食事の改善	○	○	○	○
	2-3	快汗！運動をはじめよう	○	○	○	○
	2-4	女性のための健康対処術 （「更年期」を上手に乗り切る）	○	○	○	○
3 職 場 の ス ト レ ス ・ メ ン タ ル ヘ ル ス	3-1	教職員のメンタルヘルスケアの意義 教職員のメンタルヘルスタフネスを目指して ～管理職向け心の元気力UP！講座～	○	○	○	○
	3-2	管理職のためのストレスへの自己対処法	○	○	○	○
	3-3	職場のストレスとメンタルヘルス	○	○	○	○
	3-4	相談技術の習得により心理的対処法を学ぶ！	○	○	○	○
	3-5	育児休暇に関する問題解決法	○	○	○	○
	3-6	メンタルヘルス不調者の休職・復職対応の基礎知識	○	○	○	○
	3-7	職場で起こるハラスメントの予防と対策	○	○	○	○
	3-8	ストレスチェックの結果の見方と活用の仕方	○	○	○	○
	3-9	レジリエンス～回復力を鍛える～	○	○	○	○
	3-10	マインドフルネス	○	○	○	○
4 コ ミ ュ ニ ケ ー シ ョ ン	4-1	管理職のためのコミュニケーションスキルアップ講座	○	○	○	○
	4-2	コミュニケーションの癖を知る	○	○	○	○
	4-3	行動心理学～部下のやる気を引き出す～	○	○	○	○
	4-4	管理職なら知っておきたい「NLP」の話	○	○	○	○
	4-5	大人の発達障がいへの対応 ～気持ちよく仕事を共にする方法～	○	○	○	○
	4-6	惨事ストレス	○	○	○	○