

心の健康づくりの研修のために
(心の健康づくり研修講師養成講座編)

平成18年3月

心の健康づくり研修専門家会議

(人事院職員福祉局)

目 次

はじめに

I 心の健康づくり研修講師の基本

II 職員の研修の基本

III 管理監督者の研修の基本

IV 心の健康づくり研修講師養成講座用スライド及び説明

1 総論

2 職員編

3 管理監督者編

○心の健康づくり研修専門家会議委員名簿及び開催状況

○資料

1 「職員の心の健康づくりのための指針」（平成16年3月30日人事院勤務条件局長通知）について

2 職場でみられる主な心の疾病・病態について

3 活用できる外部機関

はじめに

「職員の心の健康づくりのための指針」（平成16年3月30日勤務条件局長通知）（以下「指針」という。）に述べてあるように、心の健康づくりのための教育をすべての職員に対して実施する必要がある。その教育は、職員の地位、職種、状況等に応じた研修カリキュラムのもと、各省各庁の長と人事院が分担して、体系的かつ効率的に行っていくこととなる。

このため、各省各庁の長は職員及び管理監督者に対する研修を実施し、人事院は職員及び管理監督者の教育に当たる者を養成するとともに健康管理者に対する研修を実施することとする。

当報告書は職員及び管理監督者の教育に当たる者を養成する目的で人事院が研修講師に実施する研修に使用するものとして取りまとめたものである。

研修を効果的に進めるため、各対象ごとに目標、理解すべき項目、研修カリキュラム等の例を示すとともに、実際の研修で活用できるスライドを作成したので、職員及び管理監督者の心の健康づくりの研修に当たっては、指針とともに当報告書を参考に実施されたい。

I 心の健康づくり研修講師の基本

(研修目的)

- 研修指導対象者（職員、管理監督者）の修得すべき事項について理解する。
- 教材の利用方法について理解する。
- 研修指導者としての自己研鑽のための参考資料、機会等について理解する。

1 心の健康づくり研修講師の役割

各省各庁において職員及び管理監督者の心の健康づくり研修の講師となる。

○研修対象者

各省各庁の長が職員及び管理監督者の研修の指導者として適当であると認め、受講後に講師が予定された者とする。次の例による。

①健康管理者又は健康管理担当者

原則として健康管理者、健康管理担当者研修を終了した者とする。

②会議式研修の指導資格を有する者又は各種研修の講師経験を有する者

③保健師、看護師

保健指導、面接指導、メンタルヘルス相談等の健康管理に関わる業務に従事している者とする。

④医師、心理職

2 教材

① 職員研修で使用する教材（パワーポイント、説明資料）

② 管理監督者研修で使用する教材（パワーポイント、説明資料）

③ ①、②に関する説明（パワーポイント）

④ ①、②に関する解説書

⑤ 研修の指導方法

⑥ 自己研鑽のための参考資料等（参考）

⑦ 関係通知等

- ・「職員の心の健康づくりのための指針」（平成16年3月30日 人事院勤務条件局長通知）
- ・「職員の自殺防止のために」（平成17年6月2日 自殺防止専門家会議）
- ・「心の健康に関する相談体制とストレス対策のあり方」（平成17年7月29日 ストレスチェック・相談体制整備専門家会議）
- ・「心の健康のための早期対応と円滑な職場復帰」（平成17年7月29日 早期対応・職場復帰対策専門家会議）
- ・説明スライド（IV参照）

3 研修期間

2日（10時間）とする。

4 研修講師として必要な知識

○総論

- (1) 講師の役割
- (2) 研修講師としての留意点
 - 基本的な心がまえ
 - 実施に当たっての注意点
 - 話し方、態度
 - 事前準備、事後の対応等
- (3) 心の健康づくりの基本的考え方と関係者の役割

○職員向け研修（「Ⅱ 職員の研修の基本」参照）

- (1) 心の健康づくりの必要性
- (2) ストレスについて
- (3) ストレスによる心身の不調への気付き
- (4) 職員の心の健康づくりのために
- (5) 心の不健康さに気づいた場合
- (6) 職場で見られる主な心の疾病、病態の概要

○管理監督者向け研修（「Ⅲ 管理監督者の研修の基本」参照）

- (1) 心の健康づくりの必要性
- (2) ストレスについて
- (3) 職場の心の健康づくりの推進
- (4) 心の健康の保持増進
- (5) 心が不健康な状態の早期発見・早期対応
- (6) 心が不健康となり、長期間休んでいた職員の職場復帰に当たっての対応
- (7) 自殺防止に関する対応
- (8) プライバシーの保護
- (9) 職場で見られる主な心の疾病、病態の概要

5 カリキュラム例

人事院が実施する。講師は人事院担当者及び外部の専門家が担当する。

10時間を基準としたカリキュラム例

(1日目)

時間 (分)	内容 (番号は「職員編」、「管理監督者編」3に掲げたもの)	講師
60 ～90	講義 総論、職員、管理監督者(1) (含人事院の心の健康づくり施策。(1)の詳細は除く。)	人事院担当者
120 ～150	講義 職員(2)～ 管理監督者(2)～ 重複する事項は整理して講義する。	人事院担当者
90 ～120	講義 職員 (1)の詳細 (3)の「変化の例」、「サイン」 (4)の「ストレス対処法」の詳細及び具体例 (6)の病気の詳細 管理監督者 (1)の詳細 (5)の「サイン」「部下からの相談対応」の具体例 (6)の「職場復帰後」、「職務を離れないで治療中の職員等への対応」の詳細 (9)の病気の詳細	外部専門家

(2日目)

時間 (分)	内容	講師
240	実習 受講者によるスライドの説明の実習	人事院担当者

(参考)

1 冊子

- ・職場における自殺の予防と対応
平成13年12月 厚生労働省
- ・自殺予防マニュアル
平成16年3月 (社) 日本医師会
- ・うつ対応マニュアルー保健医療従事者のためにー
平成16年1月 厚生労働省
- ・うつ対策推進方策マニュアルー都道府県・市町村職員のためにー
平成16年1月 厚生労働省
- ・こころのリスクマネジメント 管理監督者向け 家族向け 勤労者向け
平成16年10月 中央労働災害防止協会
- ・職場のメンタルヘルス
平成14年12月 (株) 東京法規出版

2 書籍

- ・公務員のための職場のストレスとメンタルヘルス
平成14年8月 (財) 公務研修協議会

3 報告書

- ・自殺防止対策有識者懇談会報告「自殺予防に向けての提言」
平成14年12月 厚生労働省
- ・事業場における労働者の心の健康づくりのための指針
平成12年8月 労働省
- ・心の健康問題により休業した労働者の職場復帰支援の手引き
平成16年10月 厚生労働省
- ・過重労働・メンタルヘルス対策の在り方に係る検討会報告書
平成16年8月 厚生労働省

4 ホームページ

- ・人事院 <http://www.jinji.go.jp/>
- ・厚生労働省 <http://www.mhlw.go.jp/>
- ・中央労働災害防止協会 <http://www.jisha.or.jp/>

Ⅱ 職員の研修の基本

(優先事項)

- 心の健康に関する正しい知識を持つとともに、職場の心の健康づくりの必要性を認識する。
- 心の病気に対する偏見をなくす。例えばうつ病等は誰にもなりうるものであることを理解する。
- 心身の不調を自覚できる。
- 心身の不調を来さないようにストレスがかかったときどうするか分かっている。
- 心身の不調を感じたならば、上司か相談窓口へ相談に行く。
- 周囲の職員の不調な状態のサインを理解し、該当する場合は上司等に相談する。

1 職場の心の健康づくりにおける役割

自分自身の心の健康づくりに責任を有する。

2 目標

- (1) 心の健康に関する理解を推進する。
- (2) 自分自身のストレスコントロールを実施する。
- (3) 自分自身又は周囲の職員が心の不調な状態である可能性が生じた場合の上司への相談等の対応について理解する。

3 自分自身と職場の心の健康の問題に対応する場合に必要な知識

- (1) 心の健康づくりの必要性
 - 国民と公務における心の健康にかかる現状
 - 社会情勢
 - 労働の場におけるストレス等の状況
 - 国民全体の自殺者数の動向
 - 公務における状況
 - 自殺者数の動向
 - 精神及び行動の障害による長期病休者の動向
- (2) ストレスについて
 - ストレスに関する基本の理解（参考1）
 - 仕事上のストレスの例（参考2）
 - 家庭や個人のストレスの例（参考3）
- (3) ストレスによる心身の不調への気付き
 - 心の不調に自ら気付く変化の例（参考4）

- 周囲の職員のサインの例（参考5）
- (4) 職員の心の健康づくりのために
心の健康づくりのための基本的考え方と関係者の役割
ストレスチェック表の活用（参考6）
ストレス対処法（参考7）
- (5) 心の不健康さに気づいた場合
管理監督者等への相談
面接指導等の活用
相談窓口等の活用
各府省設置の窓口、電話相談
人事院設置の窓口（メンタルヘルス相談室）
その他（精神保健福祉センター、いのちの電話）
医療機関の受診
同僚からの相談対応（参考8）
各府省における心の健康づくり体制
- (6) 職場で見られる主な心の疾病、病態の概要
うつ状態、うつ病
心身症
神経症
アルコール依存症
統合失調症

4 カリキュラム例

各省各庁の健康管理担当（研修指導者）が実施し、専門的な事項については、必要に応じ、外部の専門家又は内部に実施できる保健スタッフがいる場合はその者を活用する。

2時間を基準としたカリキュラム例

時間（分）	内容（3に掲げたもの）	講師
90～120	講義 (1)～(5)	健康管理担当 (研修指導者)
30～60	講義 (1)の詳細 (3)の「変化の例」、「サイン」 (4)の「ストレス対処法」の詳細及び 具体例 (6)の病気の詳細	内部保健スタッフ 外部専門講師

5 自己研鑽に役立つ参考資料等（参考9）

(参考1)

1 ストレッサーと心身の健康の関係

2 ストレスと体調

(1) ストレッサーの種類

- ・物理化学的
- ・生理的
- ・心理・社会的

(2) 各年代特有の主なストレッサー

- ・青年期(20代)
- ・中年期(30～40代)
- ・初老期(50～60代)

(3) ストレス反応

- ・心と身体に起こる様々な反応
- ・警告期、ストレスに対して反発・抵抗する時期、疲弊期

(4) ストレス関連疾患

- ・身体疾患
緊張性頭痛、胃・十二指腸潰瘍、高血圧、心血管疾患(心筋梗塞、狭心症)、など
- ・機能的失調
過敏性腸症候群、過換気症候群、自律神経失調症、など
- ・精神疾患
うつ病、不安障害、など

(参考2)

- ・長時間勤務
- ・過重な心理的負荷のかかる勤務
- ・上司、同僚、部下等との人間関係の悪化
- ・昇任による責任の増大
- ・転勤・配置換えによる勤務環境の変化
- ・単身赴任による勤務環境、家庭環境の変化

(参考3)

- ・経済的問題
- ・職員又は家族の健康
- ・親子関係、夫婦関係等の家庭内の人間関係
- ・家族の介護
- ・子の教育、進路

(参考4)

- ・十分な睡眠がとれない。
- ・体調の悪さがある。(倦怠感、頭重感、頭痛、めまい、食欲低下、吐き気、微熱、動悸、息切れなど)

- ・仕事への意欲や集中力が減る
- ・考えがまとまらず、堂々巡りし、決断できない
- ・今まで興味があったことにも関心がなくなる
- ・気分が落ち込み楽しくない
- ・自責感がある
- ・自らの無価値感がある
- ・将来に対して悲観的になる

(参考5)

- ・仕事上、ミスが増える、仕事の能率が低下する、積極性や決断力が低下する
- ・欠勤、遅刻、早退が増える
- ・飲酒による問題を起こすようになる
- ・口数が減り周囲の人と折り合いが悪くなる
- ・表情が暗くなり元気がなくなる
- ・原因不明の体調の悪さを訴える
- ・身だしなみがだらしなくなる

(参考6)

1 自らのストレスチェック

心の健康の一層の保持増進、早期対応等のためには、ストレスの状態に自らがつき、必要な場合はその状態に応じた措置等を行うことが重要である。そのために、ストレスチェック表を活用することの意義は大きい。

2 個人が利用でき、結果に関するアドバイスもあるストレスチェック表(例)

- (1) 労働者の疲労蓄積度自己診断チェックリスト
- (2) 職業性ストレス簡易調査票

(参考7)

1 規則正しい生活を送り、心身の健康の積極的な保持増進を図る。

- (1) 心身の疲労を蓄積させないよう、睡眠、休養等により疲労回復に努める。
- (2) スポーツ、レクリエーション等により適度な運動も取り入れる。
- (3) 栄養バランスに気をつけた規則正しい食生活に努める。

2 自分に合ったストレス解消法を身につけ、適宜解消を図る。

- (1) 趣味、運動、レクリエーション等によりストレスの解消を図る。
- (2) 飲酒に関しては適正な量の範囲内でなければならない。
- (3) 自律訓練法を必要に応じ活用する。

3 ストレス対処行動を身につける。

4 面接指導等を活用する。

5 相談窓口を活用する。

(参考8)

- 1 話す場合は、相談する時間を指定するとともに、相手が安心して話せる場所を選ぶ。相談に当たっては悩みを正面から受け止めることが肝要であり、真摯に話を聞き、悩み等の解決のための支援を行うことを伝える。
- 2 相手の精神的負担を増加させないようにする。安易な激励、叱責等を行わないようにする。
(うつ病、うつ状態などの場合、望ましくない対応例)

(参考9)

- 1 冊子
 - ・ ころのリスクマネジメント 管理監督者向け 家族向け 勤労者向け
平成16年10月 中央労働災害防止協会
 - ・ 公務員のためのメンタルヘルス・ブック
平成14年9月 (株)東京法規出版
 - ・ 職場のメンタルヘルス
平成14年12月 (株)東京法規出版
 - ・ 職場における自殺の予防と対応
平成13年12月 厚生労働省
- 2 書籍
 - ・ 公務員のための職場のストレスとメンタルヘルス
平成14年8月 (財)公務研修協議会
- 3 報告書
 - ・ 職員の自殺防止のために
平成17年6月 人事院自殺防止専門家会議
 - ・ 心の健康に関する相談体制とストレス対策のあり方
平成17年7月 人事院ストレスチェック・相談体制整備専門家会議
 - ・ 心の健康のための早期対応と円滑な職場復帰
平成17年7月 人事院早期対応・職場復帰対策専門家会議
- 4 ホームページアドレス
 - ・ 人事院ホームページ (<http://www.jinji.go.jp>)
 - ・ 厚生労働省ホームページ (<http://www.mhlw.go.jp>)
 - ・ 中央労働災害防止協会 <http://www.jisha.or.jp>

Ⅲ 管理監督者の研修の基本

(優先事項)

- 心の健康に関する正しい知識を持つとともに、職場の心の健康づくりの必要性を認識する。
- 心の病気に対する偏見をなくす。例えばうつ病等は誰にもなりうるものであることを理解する。
- 心が不健康な状態とはどのようなものか分かっている。
- 部下の職員を不調にしないためにはどうすべきか分かっている。
- 部下の職員が不調だと思ったとき、部下への対応が分かっている。
- 部下の職員が不調なとき、健康管理者（人事課）へ相談に行く。
- 心が不調となった職員が職場に復帰するとき、職員への対応と健康管理者、健康管理医等への対応をどのようにするかが分かっている。
- 職場に復帰した職員の再発防止をどのようにするかが分かっている。

1 職場の心の健康づくりにおける役割

各職場における心の健康づくりに責任を有する。

2 目標

- (1) 職場の勤務環境の改善、職場の良好な人間関係の構築を実施する。
- (2) 部下の心の健康づくりを推進する。
- (3) 部下の心の健康状態の把握及び必要な場合の適切な早期対応を実施する。
- (4) 職員の適切な職場復帰及び再発防止の支援を実施する。

3 職場の心の健康の問題に対応する場合に必要な知識、技術

(「職員」の研修における研修内容を踏まえた上での研修)

(1) 心の健康づくりの必要性

国民と公務における心の健康にかかる現状

社会情勢

労働の場におけるストレス等の状況

国民全体の自殺者数の動向

公務における状況

自殺者数の動向

精神及び行動の障害による長期病休者の動向

(2) ストレスについて

ストレスに関する基本の理解（参考1）

仕事上のストレスの例（参考2）

- 家庭や個人のストレスの例（参考3）
- (3) 職場の心の健康づくりの推進
 - 心の健康づくりのための基本的考え方と関係者の役割
 - (4) 心の健康の保持増進
 - 勤務環境等の改善
 - (5) 心が不健康な状態の早期発見・早期対応
 - サイン（参考4）
 - 部下からの相談対応（参考5）
 - 健康管理者、保健スタッフとの連携（参考6）
 - 面接指導等の活用
 - 相談窓口等の活用
 - 各府省設置の窓口、電話相談
 - 人事院設置の窓口（メンタルヘルス相談室）
 - その他（精神保健福祉センター、いのちの電話）
 - 各府省における心の健康づくり体制
 - 職場外の専門家の助言、支援の活用
 - (6) 心が不健康となり、長期間休んでいた職員の職場復帰に当たっての対応
 - 職場復帰前（参考7）
 - 職場復帰後（参考8）
 - 職務を離れないで治療中の職員等への対応
 - (7) 自殺防止に関する対応
 - 自殺との関連がみられる状況（参考9）
 - 自殺との関連がみられる状況にある職員への対応の留意点（参考10）
 - 危険な状態にある職員への対応（参考11）
 - (8) プライバシーの保護
 - (9) 職場で見られる主な心の疾病、病態の概要
 - うつ状態、うつ病
 - 心身症
 - 神経症
 - アルコール依存症
 - 統合失調症

4 カリキュラム例

各省各庁の健康管理担当（人事課）が実施する。専門的な事項については、外部の専門家又は内部に実施できる保健スタッフがいる場合はその者を適切に活用する。

2時間を基準としたカリキュラム例

時間（分）	内容（3に掲げたもの）	講師
90～120	講義 （1）～（8）	健康管理担当 （研修指導者）
30～60	講義 （1）の詳細 （5）の「サイン」「部下からの相談対応」 の具体例 （6）の「職場復帰後」「職務を離れない で治療中の職員等への対応」の詳細 （9）の病気の詳細	内部保健スタッフ 外部専門講師

5 自己研鑽に役立つ参考資料等（参考11）

(参考1)

1 ストレッサーと心身の健康の関係

2 ストレスと体調

(1) ストレッサーの種類

- ・物理化学的
- ・生理的
- ・心理・社会的

(2) 各年代特有の主なストレッサー

- ・青年期(20代)
- ・中年期(30～40代)
- ・初老期(50～60代)

(3) ストレス反応

- ・心と身体に起こる様々な反応
- ・警告期、ストレスに対して反発・抵抗する時期、疲弊期

(4) ストレス関連疾患

- ・身体疾患
緊張性頭痛、胃・十二指腸潰瘍、高血圧、心血管疾患(心筋梗塞、狭心症)、など
- ・機能的失調
過敏性腸症候群、過換気症候群、自律神経失調症、など
- ・精神疾患
うつ病、不安障害、など

(参考2)

- ・長時間勤務
- ・過重な心理的負荷のかかる勤務
- ・上司、同僚、部下等との人間関係の悪化
- ・昇任による責任の増大
- ・転勤・配置換えによる勤務環境の変化
- ・単身赴任による勤務環境、家庭環境の変化

(参考3)

- ・経済的問題
- ・職員又は家族の健康
- ・親子関係、夫婦関係等の家庭内の人間関係
- ・家族の介護
- ・子の教育、進路

(参考4)

職員に普段と違って問題と思える言動が出てきたときは、心が不健康な状態である可能性がある。

(例)

- ・表情が暗くなり元気がなくなる。
- ・欠勤、遅刻、早退が増える。
- ・仕事の能率が低下する。
- ・積極性や決断力が低下する。
- ・ミスが増える。
- ・飲酒による問題を起こすようになる。
- ・口数が減り周囲の人と折り合いが悪くなる。
- ・身だしなみがだらしなくなる。
- ・体調の悪さを訴える。

(参考5)

- 1 職員と話す場合は、相談する時間を指定するとともに、相手が安心して話せる場所を選ぶ。相談に当たっては悩みを正面から受け止めることが肝要であり、真摯に話を聞き、悩み等の解決のための支援を行うことを伝える。
- 2 職員と話す場合には、職員の精神的負担を増加させないようにする。安易な激励、叱責等を行わないようにする。
(うつ病、うつ状態などの場合、望ましくない対応例)

(参考6)

健康管理者と相談し、専門家への受診・相談等を勧奨する。必要に応じ家族と連絡を取り、対応する。

(参考7)

- 1 職場の受入れを適切に行なえるよう、健康管理者等の情報収集や職場の状況等について説明するなど協力する。
- 2 職場復帰の際の対応方法等の修得に努める。

(参考8)

- 1 受入方針に沿って、復帰した職員に対応する。
 - ・復帰した職員と同僚等の状況について把握し、職場のストレス要因となっている場合などは、調整等を行う。
 - ・症状の再燃、再発について、勤務状況、精神的・身体的疲労の様子等の職員の状況に注意し、適切なタイミングで対応するように心がける。
 - ・職場としての対応に困難が生じる可能性が出てきた場合は、速やかに健康管理者に相談する。
- 2 受入方針が予定通り実施されていない場合は、健康管理者等と相談する。

(参考9)

- 1 状況の変化の気付き
 - ・職員のこれまでの状況と比較して変化がみられるかどうか気付くことが、大切である。そのためには日頃から職員の状況に目配りをし、言動の変化を見落とさないように努める。

- ・また、職員に負担感を与えないようにしながら、積極的に話しかけ、真摯に悩み等を聴き、職員の状況の把握に努めるとともに、必要に応じ勤務環境等に配慮する。
- 2 職場で留意すべき点
 - ・うつ状態、うつ病で治療中の職員に対しては、職員の精神的負担を増加させないよう配慮する。そのため例えば会合、レクリエーション等に安易に誘うことは避ける。また、職員の出張については、その適否について専門家の意見を求めた上で対応する等、十分に注意する。
 - ・うつ状態、うつ病の職員には、安易な激励、叱責等を行わないよう注意する。
 - 3 職員が相談に来たときのために、相談に関する基本的な事項を理解しておく。
 - 4 管理監督者、職員が危険な状態である可能性があると感じた場合は、直ちに健康管理者（同僚、家族は管理監督者又は健康管理者）に連絡し、相談する。

(参考10)

- 1 危険な状態とは
 - ・自殺との関連がみられる状況にある職員に、その後何らかの言動の変化が現れたならば、危険な状態である可能性を考えるべきである。
- 2 言動の変化とは(例)
 - (1) 気分、体調の変化
 - ・感情が不安定になる。
 - ・性格が変わったように見える。
 - ・様々な身体的不調を訴える。 など
 - (2) 行動の変化
 - ・これまで関心のあったことに対して興味を失う。
 - ・多量の飲酒をする。
 - ・交際が減り、引きこもりがちになる。
 - ・自殺をほのめかす。
 - ・遺書を用意する。
 - ・自傷行為に及ぶ。 など
 - (3) 職場における変化
 - ・身なりに構わなくなる。
 - ・辞表を提出してくる。
 - ・遅刻、欠勤が多くなる。
 - ・仕事の速度が落ち、出来が悪くなる。
 - ・注意力がなくなる。 など

(参考11)

- 1 冊子
 - ・職場における自殺の予防と対応

- 平成13年12月 厚生労働省
- ・自殺予防マニュアル
 - 平成16年3月 (社) 日本医師会
- ・うつ対応マニュアルー保健医療従事者のためにー
 - 平成16年1月 厚生労働省
- ・うつ対策推進方策マニュアルー都道府県・市町村職員のためにー
 - 平成16年1月 厚生労働省
- ・こころのリスクマネジメント 管理監督者向け 家族向け 勤労者向け
 - 平成16年10月 中央労働災害防止協会
- ・職場のメンタルヘルス
 - 平成14年12月 (株) 東京法規出版
- 2 書籍
 - ・公務員のための職場のストレスとメンタルヘルス
 - 平成14年8月 (財) 公務研修協議会
- 3 報告書
 - ・職員の自殺防止のために
 - 平成17年6月 人事院自殺防止専門家会議
 - ・心の健康に関する相談体制とストレス対策のあり方
 - 平成17年7月 人事院ストレスチェック・相談体制整備専門家会議
 - ・心の健康のための早期対応と円滑な職場復帰
 - 平成17年7月 人事院早期対応・職場復帰対策専門家会議)
- 3 ホームページ
 - ・人事院 <http://www.jinji.go.jp/>
 - ・厚生労働省 <http://www.mhlw.go.jp/>
 - ・中央労働災害防止協会 <http://www.jisha.or.jp/>

IV 心の健康づくり研修講師養成講座用スライド及び説明

1 総論

スライド（別掲参照）

説明（略）

2 職員編

スライド（職員編参照）

説明（略）

3 管理監督者編

スライド（管理監督者編参照）

説明（略）

○心の健康づくり研修専門家会議委員名簿及び開催状況（職員編参照）

○資料（職員編参照）