

安心して人が根付く! 「働きやすさ」のある職場づくり ハラスメント・メンタルヘルス対策講座

金沢

キャンパス
人事・組織

研修のねらい

将来にわたる企業の継続・発展のためには、人材の確保につながる社内環境整備の不断の取り組みが欠かせません。ハラスメント防止や社員の心身の健康促進は、離職防止、職場の生産性向上、企業のイメージアップにつながり、会社全体の業績や人材採用にも好影響を与えるとして注目を集めています。

この研修では、雇用を取り巻く最新事情と働き方の変化を理解した上で、働きやすい職場環境づくりにつながる「ハラスメント対策」、「メンタルヘルス対策」、「心理的安全性を高めるコミュニケーション」の3つのポイントについて、1日目は会社・職場として、2日目は管理者・上司として、どのように取り組んでいくのか、組織面と個人面からのアプローチで、事例を通して学んでいきます。

研修期間

2026年
5/20水 ~ 5/21木
(2日間・14時間)

対象者

経営幹部、管理者等

- 働きやすい職場づくりに取り組みたい方
- ハラスメント対策に関心がある方
- メンタルヘルス対策に関心がある方

定員 **16名**

受講料 **22,000円(税込)**

会場

金沢パークビル 9階 902会議室
石川県金沢市広岡3-1-1

※9階エレベーターを出て正面の会議室です
※中小機構のロゴマークが目印です

研修のポイント

- ☑ ハラスメント対策の重要性と具体的なアクションを理解します。
- ☑ 部下や管理者自身のメンタルヘルス不調の予兆の把握と対処方法を学びます。
- ☑ ストレスを軽減する職場でのコミュニケーションのポイントを学びます。

月日	時間	科目	内容
5/20 水	9:20-9:30	オリエンテーション	
	9:30-17:30	「働きやすさ」を実現する職場環境の整備	雇用を取り巻く最新事情を理解した上で、企業価値の向上につながる魅力ある職場環境づくりの意義と、その中核になる考え方について学びます。 ・ 労働関連法規の法改正の動向 ・ 高まる「健康経営 (R)」の重要性とその取り組み
	昼休憩 12:30-13:30	会社・職場としての取り組み	1. ハラスメント対策のポイント ・ ハラスメント防止のための雇用管理上の措置 ・ 職場におけるハラスメント事例【演習】 2. メンタルヘルス対策のポイント ・ 職場のメンタルヘルスケア (長時間労働対策、健康管理、ストレスチェック、コミュニケーション) ・ 職場におけるメンタルヘルス不調対応事例【演習】 3. 社内コミュニケーションの活性化 ・ 心理的安全性の高い職場環境の整備 ・ 職場のコミュニケーションを活性化する取り組み【演習】
5/21 木	9:30-17:30	自社の職場環境のチェック (演習)	学習した内容を踏まえて、チェックリストで自社の職場環境を確認し、課題を認識します。
	昼休憩 12:30-13:30	管理者・上司としての取り組み	1. 管理者の役割の再確認 2. パワハラにならないための心構えと伝え方 ・ 無意識の思い込みとチェックリストによる自己分析 ・ 指導する上での心構え、イラっとしたときの対処法 ・ 管理者に必須のストレスマネジメント 3. 部下と組織を守るメンタルヘルス対策 ・ 管理者の行う3つの予防 ・ メンタル不調になりやすい人となりにくい人の違い 4. 働きやすい職場づくりのコミュニケーション ・ コミュニケーションを増やすポイント
	17:30-17:40	自社での実践の検討 (演習)	研修のまとめとして、自社の職場環境の課題を整理し、アクションプランを作成します。
	17:30-17:40	修了証書授与	

※カリキュラムは、都合により一部変更する可能性がありますので、あらかじめご了承ください。

講師紹介 (敬称略)



社会保険労務士法人トゥービーワーク 代表社員
柳沢 隆 (やなぎさわ たかし)

2007年中小企業診断士登録、2008年社会保険労務士登録、2010年やなぎさわ労務マネジメントを設立。社会保険労務士として労働・社会保険手続き、給与計算、就業規則作成、助成金申請等の顧問業務に従事しながら、中小企業診断士として中小企業の経営支援も手掛ける。顧問先へのアドバイスは、経営全般から営業経験を活かした販路開拓支援、人事・賃金制度の設計・運用など多岐に渡っている。



こころの共育研究所 代表
庄司 順子 (しょうじ じゅんこ)

人材定着コンサルタント・メンタルコーチ。大手損保・生保会社の営業として10年勤務。国際継続率優秀賞 (IQA) を受賞。退職後子育てに悩んだことから、コーチング・心理学を学び、相談件数300件以上。目に見えない分野の専門家として、人間心理に基づくマネジメント、人間関係改善を得意とする。福祉・製造業界で、定着支援コンサルティングやメンタル・パワハラ相談窓口も行う。受講者の現場の課題と紐付け、双方向の対話型研修で行動変容を促進し、好評を得ている。

オンラインから簡単にお申し込みできます。

カンタン!

書類記入が
不要になります

初回申込時にWEB企業IDをご登録いただくと、次回ログインから会社情報などが自動で入力され、研修申込を簡略化できます。

便利!

申込履歴の
確認ができます

WEB申込みでお申込みをいただくと、申込日、コース名、受講者情報などが記録され、過去の申込履歴などをご確認いただくことができます。



お申込みは金沢キャンパスのサイトから!

- 1 検索エンジン等で **中小企業大学校 金沢** と検索。金沢キャンパスのトップページをスクロールし、中段にある **研修一覧 (年度別: 2026 年度) 開講日の昇順へ** のタブをクリックします。
 - 2 受講したい研修の詳細ページを選択し、ページ内の **Web 申込み** のタブをクリックします。
WEB 企業 ID を登録済の方: ページ左部にログインいただくと、会社情報などが自動で入力されます
WEB 企業 ID を未登録の方: お申込情報を入力時、「Web 企業 ID の登録」欄で「可」をご選択のうえ、お申込みください
※ ID 登録を希望されない場合は「否」を選択ください
 - 3 入力後、**確認画面へ** をクリックし、入力内容が正しければ **申込み実行** をクリック
申込処理完了後、「事務連絡先担当者」欄で入力いただいたアドレス宛に確認メールが自動送信されます
※ WEB 企業 ID を登録された方は、確認メールに従いパスワード設定を行ってください
- ➔ お申込み完了後、研修開講日の約1か月前頃に、当校から受講料振込みのご案内・受講案内等の文書をメールにて送付させていただきます

金沢キャンパスへのアクセス

〒 920-0031 石川県金沢市広岡 3-1-1 金沢パークビル 9 階
JR 金沢駅 (西口) から徒歩約 5 分



※研修会場には専用駐車場はございませんので、公共交通機関または近隣の駐車場をご利用ください

※宿泊が必要な方は、お手数ですが宿泊施設をご自身でお手配いただけますよう、お願いいたします

【受講対象企業について】

資本金、従業員数のいずれかが下表に該当する中小企業の経営者、管理者、従業員、後継者の方にご受講いただけます。

業 種	資本金	従業員数
製造業、運輸業、建設業、ソフトウェア業、情報処理サービス業、その他の業種 ^(*)	3億円以下	300人以下
卸売業	1億円以下	100人以下
小売業	5千万円以下	50人以下
サービス業	5千万円以下	100人以下
旅館業	5千万円以下	200人以下

- (*)その他の業種には鉱業、電気・ガス・熱供給・水道業、金融・保険業、不動産業等が含まれます
(*)経営コンサルタント等の中小企業支援に関する事業を営む方、中小企業診断士・税理士・公認会計士・技術士等の中小企業支援に関連する資格を有する方や、教育・研修事業者の方は受講をお断りする場合がございますので、あらかじめご了承ください
(*)応募者が多数の場合は、1社からの受講人数を調整させていただきますので、あらかじめご了承ください。