

管理職用eラーニング教材

ラインによるケアの実践

1. メンタルヘルス指針と「ラインによるケア」について

厚生労働省の「メンタルヘルス指針(労働者の心の健康の保持増進のための指針)」では、「4つのケアの推進」のなかに「ラインによるケア」が位置づけられています。

メンタルヘルスケアにおける管理監督者の役割はたいへん重要であり、管理監督者への教育研修・情報提供の内容として、以下の11項目が上げられています。

管理監督者への教育研修・情報提供

「メンタルヘルス指針」6(1)イより抜粋

事業者は、ラインによるケアを促進するため、管理監督者に対して、次に掲げる項目等を内容とする教育研修、情報提供を行うものとする。

1. メンタルヘルスケアに関する事業場の方針
2. 職場でメンタルヘルスケアを行う意義
3. ストレス及びメンタルヘルスケアに関する基礎知識
4. 管理監督者の役割及び心の健康問題に対する正しい態度
5. 職場環境等の評価及び改善の方法
6. 労働者からの相談対応(話の聴き方、情報提供及び助言の方法等)
7. 心の健康問題により休業した者の職場復帰への支援の方法
8. 事業場内産業保健スタッフ等との連携及びこれを通じた事業場外資源との連携の方法
9. セルフケアの方法
10. 事業場内の相談先及び事業場外資源に関する情報
11. 健康情報を含む労働者の個人情報等の保護等

2. 学習メリット

職場のメンタルヘルスを推進していくことは事業者にとって大きな責任であり、この責任を職場で果たしていくのが、管理監督者の役割です。

本eラーニング教材では、メンタルヘルスの基礎知識、職場の課題と対策、不調者への具体的な対応方法、社内外との連携や相談先など、管理職が学ぶべき知識や役割・責任を分かりやすく学習することができます。

学習メリット

1. **管理職が実行すべきことが見えてきます。**
2. **職場のストレス課題と対策が見えてきます。**
3. **不調者への具体的な対応方法がわかります。**
4. **社内・社外との連携や相談先がわかります。**

3. eラーニング「ラインによるケアの実践」基本構成

本eラーニング教材では、メンタルヘルス指針に則し、
なおかつ現場の管理職に、具体的に役立つ情報内容となるように構成しています。

- 第1章 ストレスへの基礎知識、メンタルヘルスに関する法令理解など、**メンタルヘルスカケアへの基本的理解と管理職としての役割**を学習
 - 第2章 働きやすい職場にしていくために、**職場のメンタルヘルス課題を把握し、具体的な対策**やマネジメントについての継続的な取り組みを学習
 - 第3章 **メンタルヘルス不調のサイン、不調者への対応方法**、また**休・復職支援のポイント**を具体的に学習
 - 第4章 **社内外資源との連携**や困った時の相談先を知ることができる。また、プライバシーへの配慮について留意事項を学習
- 確認テスト** 各章末に5問ずつの確認テストをご用意。各設問に答えて正誤・解説を読み、学習の効果を確認

学習項目

- イントロダクション
- 第1章：メンタルヘルスカケアへの基本理解
- 第2章：職場のストレス課題への対処法
- 第3章：メンタルヘルス不調者への対応方法
- 第4章：社内外資源との連携と留意事項



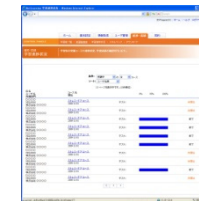
- 確認テスト
 - ・各章5問ずつ
(簡単でシンプルな○×問題)
 - ・解答と解説



受講管理

受講状況の管理とデータ取得、
受講促進の勧奨メール配信が可能

- 受講状況の確認
- 受講プッシュ
(メールの配信)



- eラーニング 全体構成図
 - ・ラインによるケアの学習
 - ・確認テストによる習得知識の確認
 - ・実施状況を把握

3. 学習項目（目次）

■ラインによるケアの実践（所要時間2.5h）

イントロダクション

- ・ラインによるケアの実践
～上司・管理職に求められるメンタルヘルスカケアとは～
- ・目次

第1章 メンタルヘルスカケアへの基本理解

- ・この章の内容
- ・Lesson1 職場ストレスとメンタルヘルス・ケア
職場のストレスをプラスに活かす、何にストレスを感じるのか、ストレスによる心と身体の症状、ストレスの影響は「心」だけではない、ストレスは必ずしも悪くない
- ・Lesson2 上司に求められる役割と責任
4つのケアと4つの具体策、労働安全衛生法のポイント、安全配慮義務を果たすのは上司の責任、精神障害が労災認定される3つの条件、心の健康問題に対するよくある誤解と正しい態度
- ・確認テスト

第2章 職場のストレス課題への対処法

- ・この章の内容
- ・Lesson1 職場ストレスとマネジメント責任
求められる職場環境等の把握と改善、職場環境の評価と改善のために、ストレス課題の発見と具体策のつくり方、継続的かつ計画的な職場改善の実施
- ・Lesson2 負担になっている業務はないか
仕事量の負担は？、責任の重さなど、質的な課題は？、仕事の役割は曖昧になっていないか？
- ・Lesson3 仕事と個々人との関係
部下の適性やキャリア育成の配慮は？、部下の裁量度を高めよう！、仕事の意欲を高める！
- ・Lesson4 周囲・組織との関係
人間関係に気をくばる、人事処遇、労務管理の課題は？、作業環境など、物理的な環境は？
- ・確認テスト

第3章 メンタルヘルス不調者への対応方法

- ・この章の内容
- ・Lesson1 不調のサインに気づく
初期のイエローサインに気づくことが大切、ラインによるケアのポイント
- ・Lesson2 気づいたときの相談対応
不調に気づいたときの声のかけ方 対処方法、面談・相談対応の基本スキル、専門家への相談勧奨
- ・Lesson3 復職支援のポイント
職場復帰支援の基本的な流れ、休業初期から回復期の対応、休業後期から職場復帰までの対応、職場復帰の判定基準、復職後のフォローアップ
- ・確認テスト

第4章 社内外資源との連携と留意事項

- ・この章の内容
- ・Lesson1 事業場内産業保健スタッフとの連携
事業場内（社内）の相談先を把握する、対応ルールは明確ですか？
- ・Lesson2 事業場外資源との連携
社外の専門機関を活用する
- ・Lesson3 プライバシーへの配慮、家族との連携
健康情報の取り扱いについて、情報の加工および緊急時対応、家族とのサポート連携
- ・確認テスト

4. 第1章～4章 学習ポイント

第1章から4章まで順番に学習してください。
各章の頭で、章の内容や学習ポイントなどをナビゲートしています。学習内容に沿って進んでください。

第1章 メンタルヘルスケアへの基本理解

ラインによるケアの要約
第1章 メンタルヘルスケアへの基本理解

学習のポイント

1. ストレスって何?
2. 職場ストレスと疾病の関係は?
3. 上司に求められる役割と責任って何?

職場の元気づけは、あなたが鍵です

ストレスによる心と身体の自覚症状

心の健康づくりの基本的な考え方
厚生労働省「メンタルヘルス大綱」より

労働安全衛生法のポイント

ナビゲーションでわかりやすく学習ポイントを説明

ストレスの基礎知識、メンタルヘルスに関わる法律等をわかりやすく学習

第3章 メンタルヘルス不調者への対応方法

ラインによるケアのポイント

「聴く技術」の基本

専門家への相談動向

相談対応の基本、専門家への相談方法について

ラインによるケアのポイント

休業初期・中期の留意点

職場復帰支援の流れ

ストレスサインに気づくためのポイント

回復職支援のポイント

第2章 職場のストレス課題への対処法

職場の課題をチェック、できている項目・課題項目を把握

職場改善チェック

職場でチェックの結果

できる項目 → 仕事に関り人の関係

課題となる項目 → 仕事の目的・有用性

課題項目の詳細

具体的対策の学習

第4章 社内外資源との連携と留意事項

活用できる事業場外資源を把握する

活用できる事業場内資源を把握する

事業場内資源について

健康情報の取り扱いについて

大切な家族からのサポート

事業場内資源について

プライバシーへの配慮、留意事項について

4. 学習確認テスト

各章にある確認テストを行うことで、受講した内容のチェック、学習効果を確認することができます。

質問は章末に各5問ずつ、○×形式です。

解答後は、正誤表・正解率、各解説が表示され、間違ったところを確認・学習できます。

第1章～第4章すべての確認テストを完了すると、eラーニング修了となります。

The screenshot shows the 'Test' section for Chapter 2 and Chapter 4. The interface includes a navigation menu with 'マイホーム', 'コース情報', '目次', '学習成績', and 'ガイダンス'. The main content area displays the test questions for each chapter.

第2章 職場のストレス課題への対処法
第2章確認テスト

第2章確認テストです。
以下の文章が正しい場合は○を、誤っていたら×を選択してください。

Q1	職場環境でのストレスは、専門家からの意見をうけ入れるのが望ましい。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Q2	職場環境の改善を行うには、大きな目標を共有してからスタートしたほうが成功しやすい。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Q3	職場のストレス対策をやり過ぎると、業務に支障をきたす可能性がある。部下の意見を聞き過ぎてはいけぬ。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Q4	仕事の役割や責任を明確にし過ぎると、ストレスの原因は減少しない。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Q5	職場環境の改善を行ううえで、部門のメンバーの協力も大切である。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

第4章 社内外資源との連携と留意事項
第4章確認テスト

第4章確認テストです。
以下の文章が正しい場合は○を、誤っていたら×を選択してください。

Q1	上司の責任として、自分一人でメンタルヘルス不調者の面倒を見るつもりである。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Q2	メンタルヘルスクアはナイーブな問題であるから、外部に情報もれのないよう可能な限り社内スタッフで対応するのが安全である。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Q3	部下が不調になった場合は、プライベートな事情も含めて可能な限り引き出し、産業医にも適切に事情を説明する必要がある。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Q4	不調者に対応するには、家族とも密接に連携しながら、サポートをしていくことが大切である。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Q5	一人ひとりのプライバシーに配慮した対応をすることが、メンタルヘルスクアの推進や信頼につながる。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

解を完了 | やり直し

The screenshot shows the completion message for Chapter 4. The interface includes a navigation menu with 'マイホーム', 'コース情報', '目次', '学習成績', and 'ガイダンス'. The main content area displays a congratulatory message and a table of test results.

第4章が修了しました。
最後まで、
本当にお疲れさまでした！

問題	正誤
Q1	×
Q2	×
Q3	×
Q4	○
Q5	○
正解率	60% (5/8)

Q1 上司の責任として、自分一人でメンタルヘルス不調者の面倒を見るつもりである。
不正解 ○ ×
正解は ×。
不調者への対応には専門的な知識や経験が必要となります。自分一人で抱え込むとトラブルの原因となります。産業医やカウンセラー、主治医など、対応方法については専門家に相談することが大切です。

Q2 メンタルヘルスクアはナイーブな問題であるから、外部に情報もれのないよう可能な限り社内スタッフで対応するのが安全である。
不正解 ○ ×

5. カスタマイズ 基本項目

別途料金にて、カスタマイズを承ります。
詳しい内容のご相談は、弊社までお問い合わせください。

●貴社・団体独自の「心の健康づくり計画」を掲載

貴社のメンタルヘルス方針や心の健康づくり計画、メンタルヘルス体制など、本教材の冒頭「イントロダクション」ページに掲載することが可能です。
詳細資料等を掲載する場合は、PDF形式でダウンロードすることもできます。

●貴社・団体独自の相談案内先を掲載

貴社の相談案内先がある場合、連絡先(電話・メール)、受付時間などの掲載が可能です。
本教材の「イントロダクション」ページに掲載致します。
内容・ボリュームに応じて、PDF形式でダウンロードすることもできます。

●アンケート

受講者へのアンケートをご要望の場合、本教材の最後のページに掲載することができます。
また、集計結果や回答内容などの閲覧、ご報告等も可能です。

その他、カスタマイズについての詳細は、弊社までお気軽にお問い合わせください。

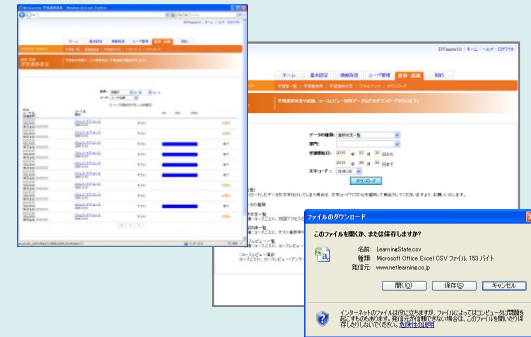


6. 人事部などによる管理項目

■受講状況確認

管理画面にて受講者の進捗・成績を確認することができます。

学習者一覧の確認
学習者の検索
学習進捗状況(修了・未修了等)を確認
学習状況データをCSVダウンロード



■受講メール

受講者の皆さまにメールを送信致します。

実施のご案内メール

※実施スタート日に合わせて、実施目的・期間、実施の流れ等を記載したメールをお一人様ずつ送信することが可能です。

受講プッシュメール

※実施期間中、未受講の方には、受講を促す勧奨メールを送信致します。

7. お問い合わせ

会社概要

- 社名: ウェルリンク株式会社(代表・宮下研一、資本金 273,650,000円)
- 事業概要: 企業、地方自治体等、病院、学校等を対象としたストレス・チェックの実施、メンタルヘルス相談、メンタルヘルス・セミナー、休復職支援等の従業員サポート、人事・労務コンサルティング等
- 導入実績: ※敬称略、順不同

【民間企業】

旭硝子株式会社・アサヒビール株式会社・エーザイ株式会社・株式会社エムティーアイ・国分株式会社・サントリー株式会社・株式会社JPホールディングス・株式会社資生堂・第一三共株式会社・高砂熱学工業株式会社・秩父鉄道株式会社・株式会社テレビ朝日・東京建物株式会社・日本航空グループ・ホンダ健康保険組合・株式会社マックスコム・ユニ・チャームメンリツケ株式会社・ワタミフードサービス株式会社
他多数 ※民間企業は公表の許可を得ている先のみ記載しています

【公共団体】

滋賀県庁・北海道庁・宇都宮市役所・小田原市役所・鎌倉市役所・越谷市役所・白石市役所・総務省・府中市役所・丹波市役所(職員労働組合)・茅ヶ崎市役所・調布市役所・流山市役所・蓮田市役所・平塚市役所・藤沢市役所・武蔵野市役所・伊豆市役所・熱海市役所・田尻町役場・足立区役所・荒川区役所・板橋区役所・北区役所・杉並区役所・墨田区役所・中野区役所・文京区役所・大阪府警察本部・岡山県警察本部・福岡県警察本部・厚生労働省共済組合大阪労働局支部・名古屋高速道路公社・独立行政法人 労働者健康福祉機構(旧・労働福祉事業団)・日本銀行・日本政策投資銀行

【教育関連】

東京都教育委員会・神奈川県教育福祉振興会・公立学校共済組合千葉支部・公立学校共済組合兵庫支部・東京都教職員互助会・鎌倉市教育委員会・相模原市教育委員会・横須賀市教職員福祉会・労災病院および労災看護専門学校



認証 プライバシーマーク認証番号 第A860503(03)号

お問い合わせ

ウェルリンク株式会社
〒113-0034 東京都文京区湯島1-5-28 ナーベルお茶の水 2F
TEL: 03-5842-6081 URL: <http://www.welllink.co.jp>

