

オンライン開催



TOMH

東京大学 大学院医学系研究科
デジタルメンタルヘルス講座・精神保健学分野

職場のメンタルヘルス専門家
養成プログラム 基礎コースS 2025



■開講日スケジュール

全6回（毎週土曜日）

2025年9月27日～11月1日

■時間：各日10:00～16:30（予定）

■受講料：15万円（税込）

■定員：35名程度

* 多数の場合、選考いたします

■会場：オンライン開催（ZOOM使用）

対面スクーリング交流会:11月15日(土)

- 職場のメンタルヘルスに関する知識と技術を職種横断的に学ぶことができます。
- 個別のケース対応から組織的対策まで包括的に網羅した内容です。
- 国際的な動向および「健康いきいき職場づくり」の理論と対策を含め、最先端の知識と技術が習得できます。

■受講対象者

- 産業医：実務経験3年以上（嘱託含む）の方
- 精神科医：職場のメンタルヘルスに関わる業務の経験のある方
- 産業看護職：実務経験3年以上（嘱託含む）の方
- 社会保険労務士：実務経験3年以上の方
- 心理職：臨床心理士または公認心理師の資格を有している方
(公認心理師のみの場合は、職場のメンタルヘルスにかかわる実務経験3年以上の方)
- 精神保健福祉士：職場のメンタルヘルスにかかわる実務経験3年以上の方
- 人事労務担当者：実務経験3年以上の方
* 大阪商工会議所メンタルヘルス・マネジメント検定のI種もしくはII種を取得していることが望ましい。
- その他：上記と同等の知識、経験をもっていると事務局が判断した方

5月募集開始!!

■お申込み方法

ホームページの
申込フォームより
お申込みください。

<http://www.tomh.jp/>

講師 * 各回2~3名が担当いたします

川上 憲人	東京大学大学院医学系研究科デジタルメンタルヘルス講座・特任教授
島津 明人	慶応義塾大学総合政策学部・教授
堤 明純	北里大学医学部公衆衛生学・教授
江口 尚	産業医科大学産業生体科学研究所産業精神保健学研究室・教授
西 大輔	東京大学大学院医学系研究科精神保健学分野・教授
小林 由佳	法政大学人間社会研究科臨床心理学専攻・准教授
難波 克行	アズビル(株)・統括産業医
関屋 裕希	東京大学大学院医学系研究科デジタルメンタルヘルス講座・特任研究員
森脇 正弘	東海旅客鉄道(株)・臨床心理士
今村幸太郎	東京大学大学院医学系研究科デジタルメンタルヘルス講座・特任准教授
渡辺 和広	北里大学医学部公衆衛生学・講師
伊藤 友香	東京大学大学院医学系研究科精神保健学分野・博士課程院生 ここあすクリニック市ヶ谷・副院長

他

カリキュラム

お問い合わせ先
TOMH事務局

担当：荒井美帆
Mail：
tomh@m.u-
tokyo.ac.jp

ビデオ録画講義
・テレワークガイドライン
・ハラスメント
・両立支援
・女性労働者の精神健康
・ジョブ・クラフティング
・産業保健専門職向け
トラウマインフォームドケア
・感謝法 他

第1回
9月27日
(土)

開講式・オリエンテーション
職場のメンタルヘルスの計画的推進
職場のメンタルヘルスの国内・国際動向
ストレスチェック制度の効果的活用法
職場のメンタルヘルス活動の評価と改善

第2回
10月4日
(土)

ケース対応(1)相談対応の基本
アセスメントとPOMRによる記録
上司へのコンサルテーション、専門機関への紹介
疾患別の対応と困難事例の検討

第3回
10月11日
(土)

ケース対応(2)職場復帰の支援
職場復帰支援の最新情報
マルチステークホルダーに対応する
復職支援の好事例と事例検討

第4回
10月18日
(土)

職場のメンタルヘルスの第一次予防(1)
職業性ストレスの理論と対策
科学的根拠に基づく職場環境改善

第5回
10月25日
(土)

職場のメンタルヘルスの第一次予防(2)
科学的根拠に基づく管理監督者教育
科学的根拠に基づくセルフケア教育
認知行動療法によるセルフケア教育研修の実演

第6回
11月1日
(土)

これからの職場のメンタルヘルス
経営とポジティブメンタルヘルス
職場のメンタルヘルスの法的側面
ワーク・エンゲイジメント
職場のメンタルヘルスのリーダーシップを考える