

ワークライフバランス・健康

貸出コード	タイトル	購入年・時間	内容
	ストレスチェック制度対応 <改訂版> セルフケアからはじめる メンタルヘルス・マネジメント	2019年	2015年、企業におけるストレスチェック制度が義務化されました。 事例ドラマと解説を通して労働者自身がストレスへの向き合い方を学ぶものです。高ストレス状態に陥らないための一助として、ストレスチェック実施にあわせて、ぜひご活用ください。
A-025	①チェックしよう！あなたのストレス～心とからだのセルフケア～	28分	
A-026	②チェックしよう！ラインによるケア～見逃すな！部下のイエローサイン～	29分	
N-022	ワークライフバランス	2018年 50分	働き方や価値観の多様化が進むなか、注目を集めるワークライフバランス。その実現には当事者（管理者・社員）の意識改革が欠かせない。長時間残業、子育てや介護と仕事の両立など仕事にまつわる問題と、ワークライフバランスを実現するための取り組みや心構えを説く。
N-023	ワークライフバランス 実現のためのマネジメント	2018年 40分	ワークライフバランスは、会社の制度を充実させるだけでは実現できません。カギを握るのは、管理職の職場での取り組みです。ワークライフバランス実現のために、管理職は組織全体の働き方を改革する必要があります。仕事の効率化、能力開発、低下した部下の意欲の高め方、円滑な社内コミュニケーションと情報共有など、管理職がワークライフバランスを実現させるために取り組むべきポイントをドラマ形式で解説します。
B-086	折れない心を作る 「メンタルタフネス経営」 ～社員とその家族を 「会社うつ」から守る～	2018年 68分	年々増加傾向にあり、社会問題となっている「うつ」。ストレスと深く関わっているこの問題は、ビジネスの分野においても切っても切れない懸念事項となっている。従業員のメンタルの良し悪しが、会社経営の根幹に関わる問題に発展するケースが少なくない。目に見えない心の問題であるがゆえに、健康の問題としか捉えられていないメンタルの分野が、実は会社の生産性低下、情報漏洩、不祥事などのリスクを高めているという。企業としてどのように対応していくべきなのか。メンタルヘルスに精通する講師が解説します。
	職場のメンタルヘルス対策	2017年	労働安全衛生法の改正により50人以上の従業員を抱える事業場では年に1回ストレスチェックが義務づけられました。ストレスチェックの正しい判定を得るためには従業員の不安や疑問点を解消し、目的等を正しく伝えることが大切です。実施後は結果に基づいた指導やセルフケア、ラインケアを周知させる必要があります。
D-1704	①ストレスチェックを理解する	22分	
D-1705	②セルフケア 自分を守るストレスマネジメント	31分	
D-1706	③ラインケア 部下を「うつ」から守るコミュニケーション	31分	
D-0702	メタボリックシンドローム あなたは大丈夫？！	2007年 30分	飽食と運動不足の生活習慣から生まれる現代病、メタボリックシンドロームとはなにか、どうすればメタボリックシンドロームを予防できるかについて具体的に紹介。毎日、少しの努力で、健康なライフスタイルを自ら築いていくことの大切さ、生活習慣の改善を提案しています。

経営

危機管理
コンプライアンス

CS
ビジネスマナー

社員研修

営業・販売促進

人事・労務

法律・財務・税務

ISO
生産管理