



Japan
Mental health
Official Trainer certification association

J-MOT

一般社団法人 日本メンタルヘルス講師認定協会®

協会のご案内





1

協会理念

メンタルヘルスで 社会を良くする。

日本メンタルヘルス講師認定協会は、高度なメンタルヘルス講師の養成とレベルに応じた適切な認定を行うことで、協会認定のメンタルヘルス講師の資質を確保し、常に質の高い効果的な研修を行うことによって、我が国のメンタルヘルス研修の普及・促進を図り、メンタルヘルス不調の防止と適切な職場復帰の促進、さらには労働者の働きがいと生産性向上により企業経営に寄与することを目的としています。

また、協会認定のメンタルヘルス講師としての認知度向上と社会的地位を高め、確立した専門家として成長し続けられるように支援します。



2

ご挨拶



メンタルヘルスは 重要な 経営課題に なっています。

メンタルヘルスは近年、労働力の損失、労災申請・認定の増加、安全配慮義務違反による民事上の損害賠償請求訴訟の増加などのリスクマネジメントに加え、一人ひとりの健康とやりがいを高め、組織を活性化させ、生産性を高めるなど業績に寄与するという観点より、メンタルヘルス研修、及びモチベーションマネジメント研修の重要性が増してきており、メンタルヘルスケアとモチベーションアップは企業の重要な経営課題となっております。

そのような背景の中、協会は高度なメンタルヘルス講師の養成とレベルに応じた適切な認定を行い、質の高い効果的なメンタルヘルス研修とモチベーションマネジメント研修をすることにより、我が国のメンタルヘルス不調の防止と企業経営への寄与、さらにはメンタルヘルス講師の社会的地位が高められることを願っております。

会長 渡部 卓



3

メンタルヘルスのプロ

ITにセキュリティ対策が必須のように、

対策は、1日でも早い方が良い。
それは、不調からの回復には
不調になったのと同じ時間がかか
かかってしまうから。

もし、あなたが**経営者**なら、

安全配慮義務違反で訴訟が増えたり、自殺者が出てしまう、
企業イメージが下がるなど、深刻な問題に向き合わなければ
なりません。

もし、あなたが**人事や労務部門**の担当者なら、

不調者の増加に伴って、職場環境改善や職場復帰支援、再発
の具体的な防止策など、対策を求められるでしょう。

もし、あなたが職場の**管理者**なら、

不調者が出ることで、不調者への対応、人が減ることへの周
囲の負担軽減策、またパフォーマンスも下がることへの不安
を抱えてしまうかもしれません。

メンタルの不調は、本人だけでなく周囲の人、部門、そして
会社全体に影響を及ぼすことを認識する必要があります。

他人事ではありません。

Mental Health

フェッショナルを育成します。

会社にはメンタルヘルスのプロが必須です。

解決策は1つ。

メンタルヘルスの**プロ** = 「**認定講師**」を育てること。

不調が起きないための「予防」と起きたときの「対策」ができるからです。

①講師として研修を実施する

⇒ 真に効果的な研修をすることができます。

②メンタルヘルス対策を推進する

⇒ 全社的な取り組みを推進することができます。

「認定講師」とは①②の**両方ができる人**です。

メンタルヘルスケアの推進者として、産業医や保健師とは異なる視点でリスクに早く気づき、予防することができます。

「予防」と「対策」に取り組むことで、不調者を減らすだけでなく、もっと健全でモチベーションの高い「健康経営®」を実現しましょう。

健康経営®のために
メンタルヘルスのプロを育てる

Professional

「健康経営®」とは、「企業が従業員の健康に配慮することによって、経営面においても大きな成果が期待できる」との基盤に立って、健康管理を経営的視点から考え、戦略的に実践することを意味しています。

「健康経営®」は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。



4 知識だけで、良くす

「認定講師」は知識だけでなく、
本質をつかむ力、心を動かす力、人間力

3 3つのビジョン

私たちはメンタルヘルスケアを推進するために、大きく3つのビジョンを掲げています。

講師育成

メンタルヘルス講師とモチベーションマネジメント講師を育成します

“誠実な講師であってほしい”、“人を大切にする講師であってほしい”…私たちが講師を育てるときに大切にしていることです。

講師派遣

協会が認定したマスター講師を派遣します。高いレベルのトレーニングを受けた誠実な講師です。

単に知識を伝えるだけではありません。幅広い知識をもとに研修テーマの本質を伝え、受講者の心を揺さぶることで意識を変えて行動につなげ、今日から実践したいという動機を高めます。

教材提供

認定講師には、協会が編集・作成した教材を提供します。

一定の質を保った教材を使うことができ、講師によって研修の質が変わることがありません。

トップクラスの分かりやすい教材です。

社内でメンタルヘルス研修の内製化を進めることができます。



ることはできません。

を総合的に評価し、認定されます。



I 講師育成 「資格は資質を育てる」 という確信があります

認定講師になるには知識だけではなく、伝える技術や人間性も必要です。人と向き合う姿勢、全力で取り組む情熱を持つ講師を育成します。認定講師には、エキスパート、モチベーションマネジメント、マスターがあります。

- エキスパート講師とモチベーションマネジメント講師は、自社内で講師ができて、社内の推進役となり得るレベルです。
- マスター講師は、他社に対してもメンタルヘルスとモチベーションマネジメントの講師ができるプロフェッショナルです。様々なメンタルヘルス問題のコンサルテーションができるなど、より高い資質と人間性が必要となります。



II 講師派遣 「全力で向き合う」 という情熱があります

より質の高い、効果的な研修ができる、マスター講師を派遣します。

- 経験や実績がありますので、直ぐに実践することができ、結果が現れます。
- なによりも全力で向きあう姿勢を持っています。
- 人と人が向き合う教育を提供しています。



III 教材提供 「分かりやすい」 という品質があります

メンタルヘルスに関する教材は、厚生労働省のテキスト検討委員会が作成したテキストに準拠し、協会が編集した教材を提供します。モチベーションマネジメントの教材は、科学的なエビデンスを踏まえた協会オリジナルです。

- 日本のトップクラスの知見を結集した教材です。
- 認定講師は、信頼のある教材を自信を持って使うことができます。



5

役員紹介



会長
渡部 卓

帝京平成大学 現代ライフ学部 教授

早稲田大学政経学部卒業後、モービル石油入社。その間、米国コーネル大学で人事組織論を学び、米国ノースウェスタン大学/ケロッグ経営大学院でMBAを取得。その後、ペプシコ社、AOL、シスコ・システムズ、ネットエイジなどで米国本社勤務を含む、本部長、副社長職などを経て現職。

職場のメンタル対策の第一人者として職場改善や社員のメンタル不調、メンタルタフネス、ハラスメント対策でのコンサルティングやツール開発を行っている。講演、研修においては、民間企業、官庁、地方自治体など国内、中国、台湾、インドなど過去900回を超え、日経ビジネス、日経産業新聞、読売新聞、日経ネットなど大手メディアで多くの連載の実績を持ち、NHK、Eテレ、TBS、FMラジオ番組などマスメディア、また中国の新聞でも論評が頻繁に紹介されている。

【所属団体/資格等】

帝京平成大学 現代ライフ学部 教授
武漢理工大学管理学院 教授(兼職)
中国・陝西省 国立西北工業大学 客員教授
株式会社ライフバランスマネジメント研究所 代表
日本産業カウンセリング学会 / 日本うつ病学会 / 日本心身医学会 / などの正会員

【主な著書】

『折れない心をつくる シンプルな習慣』
(日本経済新聞出版社)
『折れやすい部下の叱り方-「聴く力」を伸ばすカウンセリング・スキル』
(日本経済新聞出版社)
『メンタルタフネス経営-打たれ強く成長する』
(日本経済新聞出版社)
『部下を「会社うつ」から守る本』
(大和書房)
『メンタルヘルス対策の実務と法律知識』
(日本実業出版社) など



特別顧問
宗 未来

慶應義塾大学医学部精神神経科学教室 助教

慶應義塾大学病院、(独)国立病院機構東京医療センター、(独)国立病院機構久里浜アルコール症センター(現久里浜医療センター)、防衛医科大学校を経て、2010年よりロンドン大学精神医学研究所に留学。同施設で英国認知行動療法セラピスト育成コースに日本人として初めて特別参加。留学中に、MBA (London School of Commerce) および理学修士(疫学: King's College London)取得。また、日本人初の英国NHS公認の家族療法トレーナー資格も取得する。帰国後より現職。産業医やEAPとの連携など職場のメンタルヘルス経験も豊富である。

【所属団体/資格等】

慶應義塾大学医学部精神神経科学教室助教
(独)国立精神・神経医療研究センター認知行動療法センター 客員研究員
精神科医/医学博士/精神保健指定医
日本精神神経学会専門医
英国NHS公認「家族療法」治療者/指導者/トレーナー
国際対人関係療法協会認定スーパーバイザー
日本認知療法学会理事
日本うつ病学会フェロー
日本臨床精神神経薬理学会/日本総合病院精神医学会正会員

【メッセージ】

近年、我が国でも多様なメンタルヘルス・サービスが知られてきた一方で、その信頼性やクオリティも同時に問われてきております。
本協会の活動を通じて、会員のみなさまと一緒に学び、考える機会を得ることで我が国のメンタルヘルス界および多くのサービス・ユーザーに多大な貢献がもたらされることを願っております。



代表理事
見波 利幸

ワークエンゲージメント研究所 代表

外資系コンピューターメーカーなどを経て、98年に野村総合研究所に入社。一貫してメンタルヘルス領域の研究、対外発表などを行う。メンタルヘルスの黎明期よりいち早くラインケアの1日研修を実施するなど日本のメンタルヘルス研修の草分け。講演や研修のほか、カウンセリングや職場復帰支援、カウンセラー養成の実技指導、メンタルヘルス講師育成、更に海外でのメンタルヘルス活動など活動領域は多岐にわたる。また、NHK「クローズアップ現代」への出演など、各種メディアからの取材や執筆依頼にも精力的にこなしている。

【所属団体/資格等】

日本産業ストレス学会 正会員
日本産業カウンセリング学会 正会員
シニア産業カウンセラー
2級キャリアコンサルティング技能士
睡眠健康指導士上級
CEAP (Certified Employee Assistance Professional) 養成講座修了
CISM (Critical Incident Stress Management : 惨事・緊急時ストレスマネジメント) コース修了

【主な著書】

『なぜか、やる気がそがれる問題な職場』
(青春出版社)
『究極のモチベーション』(清流出版)
『心を折る上司』(KADOKAWA)
『上司が壊す職場』(日本経済新聞出版社)
『メンタルヘルス・マネジメント検定重要ポイント&問題集 I種・II種・III種』
(日本能率協会マネジメントセンター)
『やめる勇氣』(朝日新聞出版社)
『心が折れる職場』(日本経済新聞出版社)
『「新型うつ」な人々』(日本経済新聞出版社)
『劣化するシニア社員』
(日本経済新聞出版社)
『わが子を新型うつにしないために』
(ビジネス社) など



理事 荒尾 裕子

株式会社クレメンティア 代表取締役

地方自治体で行政保健師として勤務した後、外資系企業であるアクセンチュア（株）にコンサルタントとして転職。公共政策・医療領域を専門に扱う。その後自身でコンサルファームを設立し医療・介護・健康事業関連専門のコンサルタントとして現在に至る。産業界とのネットワークを豊富に有し、プロジェクトごとに最適なアライアンスを組んだサービスの提供を得意とする。また、事業手法として公共政策や保健事業施策において、マーケティング・マネジメントの手法を取り入れた戦略的な事業構築を手掛けている。

現在、厚生省、経産省のプロジェクトや自治体の健康政策関連・保険者業務の機能強化等のプロジェクトを多数手がけるとともに、企業の健康サービス事業構築に関するアドバイスなどを複数の企業に行っている。

【所属団体／資格等】 独立行政法人 国立健康・栄養研究所 協力研究員、東京都健康長寿医療センター 研究員、公益財団法人 健康体かづくり事業財団 研究員
保健師、看護師、介護支援専門員、認定心理士



理事 緒方 俊雄

SOTカウンセリング研究所 所長

早稲田大学理工学研究科修士課程修了。ソニー株式会社にて、研究開発、企画、マーケティング、カウンセリングなどの業務に従事。その後、EAP（従業員支援プログラム）機関所属のカウンセラーを経て、現職。

うつ病者の復職支援の研究で、日本産業カウンセリング学会より09年度学術賞を受賞。

主に慢性うつ病やパーソナリティ障害など薬を飲んでも治らない人の心理カウンセリングに取り組む。

メンタルヘルス関連の研修においては、民間企業、官公庁、地方自治体などで年間80回位の講演を実施。また、うつ病や職場のメンタルヘルス対策をテレビ、ラジオ番組、雑誌で紹介。

【所属団体／資格等】 日本心理臨床学会、日本産業カウンセリング学会、日本産業カウンセラー協会、臨床心理士、産業カウンセラー

【主な著書】 『慢性うつ病は必ず治る』（幻冬舎新書）、『すぐ会社を休む部下に困っている人が読む本』（幻冬舎新書）、『「勝ち組」の男は人生で三度、挫折する』（中公新書ラクレ） など



理事 尾崎 健一

株式会社ライフワーク・ストレスアカデミー 代表取締役

メーカーに勤務後、大学院に進学し、臨床心理士資格を取得。その後、メーカーおよびEAP（従業員支援プログラム）にて人事部、メンタルヘルス問題対応の仕事を担当して独立。

現在、企業のメンタルヘルス対応の仕組みづくり、人事労務問題対応のコンサルティングなどを行う。企業経験を活かしたコンサルティングや職場環境改善活動の実践に定評がある。

【所属団体／資格等】 日本心理臨床学会、日本認知・行動療法学会、日本公衆衛生学会、日本ストレス学会、日本産業精神保健学会、日本臨床心理士会、日本産業カウンセラー協会、日本EAP協会など。

臨床心理士、シニア産業カウンセラー、博士（医学）

【主な著書】 『職場でうつの人と上手に接するヒント』（TAC出版）、『黒い社労士と白い心理士が教える問題社員50の対処術』（共著、小学館集英社プロダクション）、『仕事の悩みを自信に変えるドラッカーの言葉』（日経BP社） など



理事 鬼頭 幸三

名古屋大学経済学部 非常勤講師

昭和39年名古屋生まれ。昭和62年名古屋大学経済学部経営学科卒業。同年（株）名鉄百貨店入社。子供販売場、法人外商を経て、平成12年から6年間、名鉄百貨店労働組合執行委員長を務め、社員のカウンセリングにも関わる。その後、同社人事部で採用および社員の人材教育・キャリア開発に関わる。

現在は「メンタルヘルス専門」の研修講師として、企業や労組を中心にメンタルヘルスの講演・研修を行っている。企業からの要望でハラスメント防止やコミュニケーションやワークライフバランスの視点を加えた講演・研修メニューが好評で、メンタルヘルス講演回数は「年間200本以上」となっている。

【所属団体／資格等】 「日本アンガーマネジメント協会」シニアファシリテーター、「日本メンタルヘルス協会」公認心理カウンセラー、「日本産業カウンセラー協会」産業カウンセラー、メンタルヘルスマネジメント検定Ⅰ種（マスターコース）、「21世紀職業財団」セクハラ・パワハラ防止コンサルタント、「EQグローバルアライアンス」公認プロファイラー、「中央職業能力開発協会」ビジネスキャリアマスター、「全日本情報学習振興協会」個人情報保護士、「全米感涙協会」感涙療法士、「厚生労働省」第二種衛生管理者



5 役員の紹介



理事 佐藤 一幸

NECソリューションイノベータ株式会社

25年以上、企業の社員研修の講師を仕事の中心にしている。

メンタルヘルスマネジメント、モチベーションマネジメントの他に、伝える技術、ITプロジェクトのマネジメントを専門に、人材育成コンサルタントとして、企業の人材育成に取り組んでいる。また最近は、“ひとり一人が自ら考え行動する組織”もひとつのテーマにしている。

“伝える技術”を使い、協会では各種養成研修テキスト等の制作サポートに携わっている。

【所属団体／資格等】 日本メンタルヘルス講師認定協会 マスターメンタルヘルス講師、産業カウンセラー、上級睡眠健康指導士、メンタルヘルスマネジメント検定試験 II種、米国PMI認定PMP(Project Management Professional)

【著書】『改訂3版 メンタルヘルス・マネジメント検定試験III種(セルフケアコース)重要ポイント&問題集』(共著)(日本能率協会マネジメントセンター)



理事 佐藤 良

NECソリューションイノベータ株式会社

プラットフォーム事業本部 グローバル推進センター マネージャー

企業に対する人材育成コンサル、教育営業、教育講師として、約10年間にわたりIT業界の人材開発に従事。

現在は国際部門に所属し、グローバルプロジェクトのプロジェクトマネージャーとして活動中。

システム開発におけるプロジェクトマネジメントを専門分野として活動する中で、IT業界のメンタルヘルスは喫緊の課題であると、実務面から強く実感する。加えて、プロジェクトマネジメントには多岐にわたる専門知識とスキルが必要となるが、その中でもメンタルヘルスの観点に立脚したリソースマネジメントこそが、最重要のファクターであると考えている。協会では各種養成研修テキスト等の制作サポートに携わっている。

【所属団体／資格等】

日本産業カウンセラー協会 産業カウンセラー、メンタルヘルスマネジメント検定試験 II種、米国PMI認定PMP(Project Management Professional)



理事 竹内 理恵

メンタルヘルスコンサルタント

人材開発や組織開発を様々な業種、業態の企業へ提供している現所属先での活動を通して、人と組織に関する経営課題の解決や、企業の持続的成長の実現には、従業員のメンタルヘルスとより良い職場環境づくりを視野に入れたソリューションが必要であることを実感する。

現在は、各企業の人材開発や組織開発上の課題に対し、メンタルヘルスも視野に入れたソリューションサービスを提供している。

【所属団体／資格等】 日本うつ病学会、日本産業ストレス学会、日本産業カウンセラー協会、集団認知行動療法研究会(一次予防ワーキンググループ コアメンバー)、日本睡眠改善協議会、ナード・アロマセラピー協会など。精神保健福祉士、第一種衛生管理者、産業カウンセラー、キャリアコンサルタント、メンタルヘルス・マネジメント検定試験I種、睡眠改善インストラクター、アンガーマネジメントファシリテーター、健康経営アドバイザー、アロマ・アドバイザーなど。

【主な著書】 『研究者・技術者の「うつ病」対策～不調者を出さない仕組みづくりと日常の注意点～』(技術情報協会、2013年、共著)、 『ストレスチェックフォローに最適！こころの健康づくり社内研修ツール』(労働調査会、2016年、共著) など、執筆多数



理事 田中 豪

田中豪事務所 所長、株式会社田中プランニング 代表取締役

前職設計士。家業の建築設計会社に勤務し、建築設計業務に従事。三十歳の時、医療に関心を抱き、大学にて四年間、精神医学・臨床心理・産業心理・カウンセリングを中心とした心理学を専攻。

現在は、企業のメンタルヘルス対策をワンストップでサービスすると共に企業労務の専門家としても様々な提案やコンサルティングを行っている。独自のノウハウとして、豊富な精神医療の知識を活かし、従業員のカウンセリングを年間およそ千件実施。専門医への紹介状の作成が出来る数少ない専門家として活動している。また、メンタルヘルスを切り口とした様々な管理職研修を通し、活力ある職場づくりを行っている。

【所属団体／資格等】 日本うつ病学会、日本産業精神保健学会、日本認知療法学会、日本産業カウンセラー協会、子供発達支援協会

社会保険労務士、精神保健福祉士、産業カウンセラー、社会福祉士、一級建築



理事 張 正波

上海馨励健康信息咨询有限公司 総経理

1984年、西安公路交通大学卒。同大職員を経て1987年交通部（日本の国土交通省に相当）に入り、北京にて交通部所轄の大学ネットワーク構築に従事。1989年、天安門事件の発生で将来を不安視し、1992年に来日。日本語を習得し富士通、日本ヒューレットパッカードに勤務。98年に独立して、日本および中国においてITベンチャー企業を設立。その後、中国の経済発展、グローバル化、社会環境・労働情勢の急激な変化より、メンタルヘルス問題が急増し、2008年上海でEAP事業に参画。上海馨励健康信息咨询株式会社を設立し現在に至る。

また、「中国メンタルヘルス講師認定協会」設立準備を進めており、アジアにおけるメンタルヘルス研修の普及・促進を加速する。

【所属団体／資格等】 上海交通大学ソフトウェア学院高級顧問、武漢理工大学管理学院指導教師（兼職）、国際EAP協会中国分会 理事、湖北省人力资源学会武漢リスク管理分会理事



理事 樋口 毅

株式会社ルネサンス 健康経営推進部 次長

NPO法人 健康経営研究会 東京事務局員

健康経営会議実行委員会 事務局長

「働く人の健康づくりを生涯の仕事にする。」このことをライフワークとして、順天堂大学院 修了後、トッパングループ健康保険組合、凸版印刷株式会社、大手EAPプロバイダー等の勤務を経て現職に至る。

現在は、国が進める健康経営の普及・啓発の支援、企業の健康経営の導入支援、保険者のデータ・ヘルス計画&コラボヘルスの支援、自治体の健康経営都市づくり等、戦略的な健康経営の実践に取り組んでいる。

【所属団体／資格等】 NPO法人健康経営研究会、日本産業カウンセリング学会

健康経営アドバイザー、産業カウンセラー、第一種衛生管理者、心理相談員、健康運動指導士、ヘルスケア・トレーナー、ニューコードNLPプラクティショナー、

ルネサンス認定 メンタルタフネス プログラム開発責任者 シナプソロジーインストラクターなど



顧問 山口 芳泰

TMI総合法律事務所 弁護士

人材関連のビジネスにかかわる法務の経験があり、所属組織内のHR・人材開発にも関与している。医療・ヘルスケア事業に関する案件に携わる。国際取引・金融取引を主要な取扱い分野とする。グローバルな視点で案件に取り組むことが多い。

東京大学法学部卒業後、山一證券株式会社勤務。最高裁判所司法研修所卒業後に弁護士登録。米国スタンフォード大学ロースクール（SPILS）卒業。

エーザイ・インク法務部（米国ニュージャージー州）、Simmons & Simmons（ロンドンの大手法律事務所）で研修。ニューヨーク州弁護士登録。法務省大臣官房司法法制部の日本法令外国語訳推進会議委員（2009年）。

【所属団体／資格等】 日本国 弁護士、ニューヨーク州弁護士

【主な著書】 『医療・ヘルスケア事業の再構築』（中央経済社）、『集団投資スキームのための金融商品取引法 Q&A 100』（中央経済社 など



6

お問い合わせ

| | | |
|------|--|----|
| Web | 日本メンタルヘルス講師認定協会 | 検索 |
| | www.j-mot.or.jp | |
| Te l | 03-6403-3325 | |
| メール | jmot-info1@j-mot.or.jp | |

J-MOT

〒102-0084

東京都千代田区二番町5番地-2 麹町駅プラザ901

一般社団法人 日本メンタルヘルス講師認定協会



Japan
Mental health
Official Trainer certification association

J-MOT

一般社団法人
日本メンタルヘルス講師認定協会®

