

公立学校共済組合愛知支部
令和7年度オンライン講座 プログラム一覧(前期)

【視聴方法】

動画配信サイトでの視聴となります。視聴媒体は問いません。
申込時に入力するメールアドレス宛に視聴方法等を記載したメールを配信開始日前日までに送信します。

【申込方法】

下記の受講申込専用サイトへアクセスし、参加申込フォームにて受付・申込を行ってください。
(組合員番号、所属所(学校名)、氏名、連絡先メールアドレス等の入力)

受講申込専用サイト URL : <https://qrtn.jp/b6fc7>



二次元コード

※公立学校共済組合愛知支部 HP の「お知らせ」欄掲載のリンクによるアクセスも可能です。
※入力したアドレス宛に、受講視聴に必要なアカウント情報等を送信します。ドメイン設定などでの受信拒否をされないようご注意ください。
※講座講師への事前質問入力欄を設けています。講師への質問がある場合は、入力してください。

【申込受付期間】

令和7年5月12日(月) ~ 5月31日(土)

【講座①】 講座時間:60分

講師:橋中 今日子(はしなか・きょうこ)氏/介護者メンタルケア協会代表

演題:がんばらない介護 ~介護に疲れたとき、心を軽くするヒント~



「する側」にとっても・「される側」にとっても、介護はいつ当事者になるか分かりません。その時に向けて何を備えるべきでしょうか。「介護の現場で起こっていること」「介護者がつぶれないための、介護の心をラクにする方法」などについて現在介護をしている人・これから介護をする人も、すべての方にご視聴いただける内容です。

〈講師プロフィール〉

リハビリの専門家として病院に勤務するかたわら、認知症の祖母、重度身体障害の母、知的障害の弟の家族3人を21年間にわたって1人で介護する。仕事と介護の両立に悩み、介護疲れをきっかけに心理学やコーチングを学ぶ。自身の介護体験と理学療法士としての経験、心理学やコーチングの学びを生かして、介護と仕事の両立で悩む人、介護することに不安を感じている人に「がんばらない介護」を伝える活動を全国の市区町村で展開中。企業では、介護離職防止の研修も担当。『がんばらない介護』(平成29年、ダイヤモンド社)では、「介護をしていることで、自分の人生をあきらめないで!」「あらかじめ対策を知っておくことで、問題は回避できます!」といった介護疲れを解消し、心がラクになる情報を発信中。NHK、TBSほか、テレビやラジオでも活躍中。

【講座②】 講座時間:60分

講師:中田 光彦(なかた・みつひこ)氏/介護福祉士、ケアマネージャー

演題:~介護する側・される側も笑顔になるヒント~ 日常生活で使える介護術



「辛い・暗い・つまらない」という捉え方が「楽しい」に変われば、介護はもっと楽になり、やりがいも出てきます。在宅で身内を介護するうえで、介護する人が心を楽に保つためのコツ、家族を自宅で介護する時になっても、誰でもできる身体介護実践法など、在宅で介護に明るく取り組む秘訣を分かりやすく解説します。

〈講師プロフィール〉

淑徳大学社会福祉学部社会福祉学科卒業。横浜市介護認定審査会委員、福祉系大学・専門学校非常勤講師。横浜市で特別養護老人ホームの生活相談員として約8年間勤務。入居者100人一人ひとりにやりたい事を聞き、個別の希望を实践した。その後、鎌倉市社会福祉協議会登録ホームヘルパーに約30年間在籍し、令和2年に退職。現在は、講演・職員研修・介護教室・相談など多くの教育機関や研修で講師を務める傍ら、在宅や施設の入居者と海水浴・そり・温泉宿泊体験などを実施、ラジオ・テレビ・ドラマの介護監修、雑誌連載や新聞・書籍の執筆活動と活動が多岐に渡る。

◆メンタルヘルス講座 配信期間:令和7年8月1日(金)～8月10日(日)

【講座①】 講座時間:60分

講師:木村 尚文(きむら・なおふみ)氏/一般社団法人共生と共育ネットワーク理事、
地域教育アドバイザー、アンガーマネジメントコンサルタント
第一学院高等学校 養父校 校長

演題:多様な人間関係を良好に保つコミュニケーション

～互いの違いを受け容れ、良好な交流に至るコミュニケーションとは～



教職員は、生徒、保護者、教員同士など様々な人間関係の中に身をおいているため、摩擦が生じメンタルヘルスが悪化するケースが多い状況にあります。ダイバーシティが叫ばれている現代において、お互いを認め合うことは容易ではありません。しかし、自身の心の中にある「～すべき」という価値観が、相手の違いの受け容れを妨げていないかを認知し、相手を認め、受け容れることの大切さを学び、良好な交流関係をつくる秘訣を解説します。

〈講師プロフィール〉

北海道大学卒業後、学習塾・予備校・通信制高校と教育業界の運営に携わり、多くの子どもたち・保護者に寄り添い、不登校・中退・ひきこもりの支援に従事する。アンガーマネジメント、進化・多様化するデジタル・ネット社会を生き抜くために必要な子どもの育み方、不登校への対策、いじめの防止、子どもの「生きる力」を育む親と子のコミュニケーションなど、全国にて講演を展開している。令和7年4月より第一学院高等学校養父校校長に就任。

【講座②】 講座時間:60分

講師:稲葉 寿美(いなば・ひさみ)氏/TVキャスター、話し方インストラクター

演題:職場を元気にするコミュニケーション術～愛される言葉力 話し方、接し方～



教職員は、生徒や保護者、学校行政、同僚など様々な関係者と接しながら仕事をしているため、コミュニケーション不足によるストレスが他の職場より多くあると言われていています。そうした職場の中で、ストレスを軽減するためには、コミュニケーション能力を高め、お互いが理解しあえる職場の環境づくりが重要なポイントです。「伝えるプロ」が、お互いの気分がよくなり、相手に伝わる話し方の秘訣を分かりやすく解説します。

〈講師プロフィール〉

元東海テレビアナウンサー。フジ系列アナウンス新人賞、スポーツキャスターとしてプロ野球、ゴルフ、マラソンなどに関わったのちに、朝の情報番組のメインキャスターとして活躍。ニュース番組、ナレーターとしても多数の番組に出演。18年間局アナとして在籍。平成19年にフリーアナウンサーとなり、三重テレビの「とってもしゃべり」メインキャスターを帯で11年間務める他、東海ラジオ、FM愛知などラジオ番組を持ち活躍の場を広げる。話し方・コミュニケーションの講師として、大学や企業などで教える。主な著書に「いつも選ばれる人の会話ルール55」等がある。