

健康管理視聴覚資料一覧

令和6年6月現在

番号	名称	備考	サンプル動画	番号	名称	備考	サンプル動画
運動・健康と食事・健康づくり	A-1	職場体操（リフレッシュ体操） 3分（DVD）※音声のみ 地方公務員災害補償基金 広島県支部		ストレス・メンタルヘルス	C-8	元気な職場をつくるメンタルヘルス6 第2巻 部下を心の不調から守るラインケア 26分（DVD） 監修 山本晴義 医学博士 （横浜労災病院勤労者メンタルヘルスセンター長） 〔制作年 2014年〕	
	A-2	守ろう！教職員の安全と健康～教育現場における安全衛生管理のあり方～ 43分（DVD） 地方公務員災害補償基金 〔制作年 2019年〕			C-9	元気な職場をつくるメンタルヘルス5 第1巻 自分の健康は自分で守る！～セルフケアとは何か～ 25分（DVD） 監修 山本晴義 医学博士 （横浜労災病院勤労者メンタルヘルスセンター長） 〔制作年 2013年〕	
	A-3	声を出して健康になる 声ヨガ体操 35分（DVD） 東京法規出版 〔制作年 2021年〕			C-10	元気な職場をつくるメンタルヘルス5 第2巻 自分でできるストレス・コントロール～セルフケアのための10の方法～ 25分（DVD） 監修 山本晴義 医学博士 （横浜労災病院勤労者メンタルヘルスセンター長） 〔制作年 2013年〕	
	A-4	メタボ予防で理想のBODY ちょいトレプログラム 43分（DVD） 東京法規出版 〔制作年 2018年〕			C-11	活かそう！職場のダイバーシティ 第1巻 全社員向け「一人一人がいきいきと働くために」 25分（DVD） 監修 北尾真理子 ダイバーシティコンサルタント（株）ダイバーシティオフィスKITA O代表 他 〔制作年 2009年〕	
	A-5	ちょいトレのちょいトレ5.0 今日から始める自重トレーニング 55分（DVD） 東京法規出版 〔制作年 2020年〕			C-12	元気な職場をつくるメンタルヘルス7 第1巻 ストレスチェックを活用したセルフケア 25分（DVD） 監修 山本晴義 医学博士 （横浜労災病院勤労者メンタルヘルスセンター長） 〔制作年 2016年〕	
生活習慣病・その他の疾病予防	B-1	見直そう！あなたの生活習慣 第1巻 あなたの一日を再点検～食事・アルコール・たばこ・歯周病～ 20分（DVD） 〔制作年 2003年〕		C-13	元気な職場をつくるメンタルヘルス7 第2巻 部下が休職する前にできること～ラインケアに活かそう！ストレスチェック制度～ 25分（DVD） 監修 山本晴義 医学博士 （横浜労災病院勤労者メンタルヘルスセンター長） 〔制作年 2016年〕		
	B-2	ポジティブ・メンタルヘルス～生活習慣から見直す心の健康～ 30分（DVD） 監修 河野慶三 医学博士 （河野慶三産業医事務所） 〔制作年 2013年〕		C-14	教員のための保護者対応力向上シリーズ 第1巻 保護者対応の基本 20分（DVD） 監修 小野田正利 （大阪大学 大学院人間科学研究科教授・教育学博士） 〔制作年 2012年〕		
	B-3	クイズで考える 健診結果の見方、活かし方 4 脂質（LDLコレステロール） 28分（DVD） 監修 岡山明 医学博士 （合同会社 生活習慣病予防研究センター代表） 〔制作年 2015年〕		C-15	教員のための保護者対応力向上シリーズ 第6巻 対応の難しいケース編 25分（DVD） 監修 小野田正利 （大阪大学 大学院人間科学研究科教授・教育学博士） 〔制作年 2012年〕		
	B-4	クイズで考える 健診結果の見方、活かし方 2 血圧 28分（DVD） 監修 岡山明 医学博士 （合同会社 生活習慣病予防研究センター代表） 〔制作年 2015年〕		C-16	教員のための保護者対応力向上シリーズ 第3巻 小学校編 本編22分、特典映像15分（DVD） 監修 小野田正利 （大阪大学 大学院人間科学研究科教授・教育学博士） 〔制作年 2012年〕		
	B-5	クイズで考える 健診結果の見方、活かし方 3 血糖値 28分（DVD） 監修 岡山明 医学博士 （合同会社 生活習慣病予防研究センター代表） 〔制作年 2015年〕		C-17	教員のための保護者対応力向上シリーズ 第4巻 中学校編 本編20分、特典映像15分（DVD） 監修 小野田正利 （大阪大学 大学院人間科学研究科教授・教育学博士） 〔制作年 2012年〕		
ストレス・メンタルヘルス	C-1	教員のためのメンタルヘルス① 上手なセルフケアのヒント 23分（DVD） 監修 真金薫子 公益社団法人東京都教職員互助会 三楽病院 精神神経科部長 溝口りり子 同院 精神神経科臨床心理士長 〔制作年 2012年〕		C-18	教員のための保護者対応力向上シリーズ 第5巻 高校編 本編22分、特典映像15分（DVD） 監修 小野田正利 （大阪大学 大学院人間科学研究科教授・教育学博士） 〔制作年 2012年〕		
	C-2	教員のためのメンタルヘルス② 同僚のSOSには相互ケア 19分（DVD） 監修 真金薫子 公益社団法人東京都教職員互助会 三楽病院 精神神経科部長 溝口りり子 同院 精神神経科臨床心理士長 〔制作年 2012年〕		C-19	働く人の被災後の心のケア～トラウマ・PTSDを知る～①被災者編 30分（DVD） 監修 山本晴義 医学博士 （横浜労災病院メンタルヘルスセンター長） 〔制作年 2011年〕		
	C-3	教員のためのメンタルヘルス③ 働きやすい職場をつくるラインケア 21分（DVD） 監修 真金薫子 公益社団法人東京都教職員互助会 三楽病院 精神神経科部長 溝口りり子 同院 精神神経科臨床心理士長 〔制作年 2012年〕		C-20	はじめてのマインドフルネス 72分（DVD） 東京法規出版 〔制作年 2021年〕		
	C-4	研修教材 リーダー教員のためのメンタルヘルスマネジメント 36分（DVD） 製作・著作 独立行政法人 教員研修センター 〔制作年 2007年〕		C-21	職場のメンタルヘルス対策シリーズ 第1巻 セルフケア 全員編 36分（DVD） 株式会社アスパクリエイト 〔制作年 2021年〕		
	C-5	学校におけるコーチング 第1巻 28分（DVD） 第2巻 30分（DVD） 製作・著作 独立行政法人 教員研修センター 〔制作年 2006年〕		C-22	職場のメンタルヘルス対策シリーズ 第2巻 セルフケア 新人・若手社員編 29分（DVD） 株式会社アスパクリエイト 〔制作年 2021年〕		
	C-6	新型うつ 23分（DVD） 監修 真金薫子 公益社団法人東京都教職員互助会 三楽病院 精神神経科部長 溝口りり子 同院 精神神経科臨床心理士長 〔制作年 2012年〕		C-23	職場のメンタルヘルス対策シリーズ 第3巻 管理職のためのラインケア 27分（DVD） 株式会社アスパクリエイト 〔制作年 2021年〕		
	C-7	元気な職場をつくるメンタルヘルス6 第1巻 ストレス・コーピングによるセルフケア～ストレスに上手に対処する方法～ 26分（DVD） 監修 山本晴義 医学博士 （横浜労災病院勤労者メンタルヘルスセンター長） 〔制作年 2014年〕					

※ 詳しい内容は、ホームページ<https://www.kouritu.or.jp/hiroshima/>（広島支部トップページ）厚生サービスの手続き（厚生サービスを利用する）健康管理視聴覚貸出サービス（健康管理視聴覚資料一覧表を御覧ください）。