

～北陸中央病院からのお知らせ～ 「メンタルヘルス訪問相談」



訪問相談
紹介動画
(約5分)

令和4年度メンタルヘルス不調でお休みを取得している教職員数は過去最多を更新し、6,539名となりました。教職員のみなさんは、授業準備や生徒対応、保護者対応、様々な校務などにより、多くのストレスを抱えていらっしゃると思います。中でも、異動初年度の方や新採教職員の方は、慣れない環境や見通しが立てにくい状況にあるため、メンタルヘルス不調のハイリスクグループと言え、注意が必要です。

教職員のみなさんが、メンタルヘルス不調に陥らずに元気に過ごせるように、そして教育活動に力を注げるように、所属においてメンタルヘルス対策に取り組むことが大切です。

そこでオススメなのが、公立学校共済組合石川支部と公立学校共済組合北陸中央病院が連携し、「講師派遣事業」の一環として実施している「メンタルヘルス訪問相談事業」です。これは、組合員を対象に当院の公認心理師が所属所を訪問し、メンタルヘルスに関するレクチャーと個別面談をセットで行う事業です。年度内で何度ご利用いただいても無料で実施できます。

テーマや時間、対象者などは所属所のニーズに応じて実施しています。昨年度の訪問相談におけるレクチャーでは、「ストレス対処法」や「コミュニケーションスキル」、「リラクゼーション体験」のテーマを希望される所属所が多く、個別面談対象者には、若手教職員を含める所属所が多くみられました。

★ちょっとご紹介★ ～レクチャーや個別面談をされた方の声～



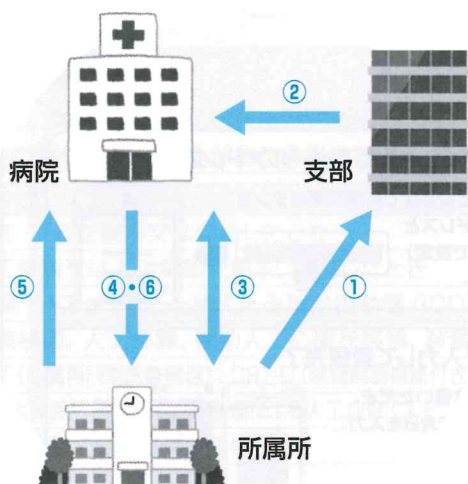
レクチャーでコミュニケーション技法を学びました。対生徒だけでなく、対教職員にも使えそうです。ベテランと若手の信頼関係を構築していく上でも役立ちそう。



初めてカウンセリングを受けた。話すことで少しスッキリして見通しがついた気がする。教職員のための相談窓口が身近にあることが知れてよかった。

あなたの所属所でも実施してみませんか？ 実施の流れは以下をご覧ください。費用は無料です。

【実施の流れ】



- ① 所属所から支部へ利用申請
- ② 支部から病院に訪問依頼連絡
- ③ 病院と所属所間で詳細打合せ
- ④ 訪問3週間前にチェック票を所属所に郵送
- ⑤ 訪問1週間前までに記入したチェック票を病院へ返送してもらう
※④・⑤は希望した場合のみです。省くこともできます。
- ⑥ 心理士が所属所を訪問（レクチャー・個別面談）

実施方法や対象者などをご要望にお応えいたします。

まずは北陸中央病院までお気軽にお問い合わせください！



年間を通して申請を受け付けております。お気軽に石川支部までお申し込みください。

本事業に関するお問い合わせは **北陸中央病院** までお電話ください。☎ 0766-67-1150（代表）