

令和6年度 職場の健康づくり講師派遣事業一覧表

下記が各直営病院が実施している講演テーマとなります。その他、希望に応じて、講演内容の相談ができる場合もありますので、派遣依頼書にご記入ください。また、講演後に、個別相談を希望される場合は可能な場合があります（個別相談の実施に○があるもの）。事前に人数等を講師に依頼する必要がありますので、ご相談ください。

【メンタルヘルス】

直営病院

No	病院	講演テーマ	個別相談の実施	オンライン講演実施の可否	職名 (認定資格等)	講師名	講演概要
1	九州	教職員のためのメンタルヘルス	○	○	医師・臨床心理士 (公認心理師)	医師・臨床心理士 (公認心理師)	メンタルヘルスの基礎知識、ストレス対処法等 ご要望に合わせて
2		教職員のためのメンタルヘルス —管理職の役割について—	○	○			管理職教員対象のメンタルヘルス対策
3		教職員のためのメンタルヘルス —主幹教諭・指導教諭の立場から—	○	○			主幹、指導教諭対象のメンタルヘルス対策
4		新規採用職員のためのメンタルヘルス —働きはじめの心と身体のメンテナンス—	○	○			新規採用職員対象のメンタルヘルス対策
5		事務長のためのメンタルヘルス	○	○	臨床心理士（公認心理師）	臨床心理士（公認心理師）	事務長対象のメンタルヘルス対策 休職中の職員への関わり方、自身のストレスとの付き合い方等
6		事務職のためのメンタルヘルス	○	○			事務職員対象のメンタルヘルス対策 休職中の職員への関わり方、自身のストレスとの付き合い方等
7		こころと体のリフレッシュ講座	○	○	医師・臨床心理士 (公認心理師)	医師・臨床心理士 (公認心理師)	教職員対象の心身両面からみたメンタルヘルス対策(マインドフルネスの紹介も可)
8		ストレスチェック制度について	○	○	医師	医師	ストレスチェックについての概要及び説明・制度からみたメンタルヘルス対策
9		あなたの職場のメンタルヘルス対策 —ストレスチェック集団分析結果から見えること—	○	○			メンタルヘルス、各所属におけるストレスチェック集団分析の解説、セルフケア等
10		復職支援について	○	○	医師・臨床心理士 (公認心理師)	医師・臨床心理士 (公認心理師)	病休・休職制度の概要と復職に向けての対策等
11		病休・休職中の方のための療養中の過ごし方講座 —クローバーの会—	○	○	臨床心理士（公認心理師）	臨床心理士（公認心理師）	病休・休職者対象の復職に至る回復過程、療養中の過ごし方の心得等について
12		日頃からできるセルフケア —心と身体のお疲れ対策—	○	○	医師・臨床心理士 (公認心理師)	医師・臨床心理士 (公認心理師)	メンタルヘルスの基礎知識、ストレス対処法、リラクゼーション、マインドフルネスなどのセルフケア方法を具体的に
13		アンガーマネジメント —あなたの心を守る方法—	○	○			怒りなど感情についての基礎知識および対処、メンタルヘルスの基礎知識等 ご要望に合わせて
14		心の健康と睡眠 —スマホが睡眠に与える影響—	○	○	臨床心理士（公認心理師）	臨床心理士（公認心理師）	こころの健康と睡眠との関係、スマホがどうして睡眠に影響するのか等
15		知っていますか？感情労働 —燃え尽きを防ぐために—	○	○			対人援助職である教職員へ感情労働と燃え尽きの観点から心の健康を保つポイントについて

Nb	病院	講演テーマ	個別相談の実施	オンライン講演実施の可否	職名 (認定資格等)	講師名	講演概要
16	九州	心が疲れにくいコミュニケーションのヒント	○	○	臨床心理士（公認心理師）	臨床心理士（公認心理師）	日々悩みがちなコミュニケーションについて
17		こころの知恵袋 ーストレスマネジメントのポイントー	○	○	医師・臨床心理士 (公認心理師)	医師・臨床心理士 (公認心理師)	ストレスマネジメントのポイントについて、教職員向けの冊子「こころの知恵袋」の内容からお伝えします
18		メンタルヘルスとストレスマネジメント	○	○			ストレスマネジメントの一部としてマインドフルネスの紹介も可
19	東北	職場のメンタルヘルス	○	○	公認心理師	各公認心理師	ストレスについての気づきと学び、セルフケアやリラクゼーションについて
20		あたたかい職場づくりセミナー	○	○			ストレスチェック制度の理解と活かし方 管理職対象の研修会等、ご要望に応じます。
21		リフレッシュ体操	－	○	看護師長（介護予防指導士）・副看護師長（日本マタニティフィットネス協会）	伊藤 祐紀子・工藤 朋子 ・加藤 史織	仕事の合間にできるリフレッシュ体操の実施 (仕事の疲れと運動不足の解消を！)
22	関東	ストレスチェック制度について	－	○（応相談）	メンタルヘルスセンター長	松浪 克文	ストレスチェック制度の意義、効用、利用法について解説する
23		現代のうつ病について	－	○（応相談）			現代のうつ病が、従来のうつ病より変質していること、また、うつ病と現代社会の関係、勤労者の心理との関係を解説する
24		躁うつ病について	－	○（応相談）			双極性障害（躁うつ病）の病理、その現代的特徴、さらに治療法について解説する
25		精神療法と薬物療法について	－	○（応相談）			精神科医が行う精神療法と薬物療法の統合した治療法を解説する
26		現代の適応障害（重度ストレス反応）について	－	○（応相談）			現代の社会人に見られる適応障害について、その心理、発症過程、治療理論を解説する
27		教職員のメンタルヘルス不調 －発症経緯を読み解く－	－	○（応相談）			教職員のメンタルヘルス不調がどのような経緯で発症するのか解説する
28		教職員のうつ病と重度ストレス反応 －発症パターンと職場構造－	－	○（応相談）			教職員のうつ病や重度ストレス反応と職場構造との関係について解説する
29		教職員のブレイクダウンの三つの時期	－	○（応相談）			教職員のメンタルヘルス不調が好発する、三つの危険な時期を解説する
30		ストレス社会を生きるための「強い」態度について	－	○（応相談）			ストレス社会でメンタルヘルス不調に陥らないための、「遊び」的生活行動の勧め
31		精神科の薬について	－	○（応相談）			メンタルヘルス科医長
32	過労とうつ病	－	○（応相談）	現代社会で問題となっている、過労とうつ病との関係について解説する			

No	病院	講演テーマ	個別相談の実施	オンライン講演実施の可否	職名 (認定資格等)	講師名	講演概要	
33	関東	メンタルヘルス不調について	—	○(応相談)	メンタルヘルス科医長	秋久 長夫	メンタルヘルス不調について、精神科診断としてどのようなものがあるか、また、どのタイプの精神疾患が多いのか、などについて解説する	
34		睡眠の話	—	○(応相談)			精神科臨床から見た、睡眠についての考え方、睡眠障害への対処法について解説する	
35		教職員のメンタルヘルス対策について	—	○(応相談)			教職員のメンタルヘルス不調と治療の実際を知り、メンタルヘルス不調の初期及び休職から復職への対応に役立てる	
36		メンタルヘルス推進者研修会	—	○(応相談)	メンタルヘルスセンター 臨床心理士	各心理士	心の病について知識を深めるため、身近な事例でのグループワークを取り入れて研修会を実施します	
37		教職員のメンタルヘルス	—	○(応相談)			メンタルヘルスにおける管理職の役割について、世代ごとの特徴的なストレス等について説明します	
38		ストレスと上手に付き合うために	—	○(応相談)			教職員のメンタルヘルス不調について、ストレス対処法について、等をわかりやすく説明します	
39		3年目の自分を活かすストレスマネジメント	—	○(応相談)			社会人3年目までに経験する節目ストレスについて、事例解説などを行います	
40		ライフサイクルとストレス	—	○(応相談)			人生のライフサイクル上で起こる様々な出来事について、ストレスという観点から考えてみます	
41		喪失を体験した時に	—	○(応相談)			生活の中で喪失を体験した時の心の働きと対応をわかりやすく説明します	
42		学校で働くときに会えるストレス	—	○(応相談)			教職員のストレスと身体や心に現れるストレス反応を知り、ストレス反応への手当てと予防を学びます。	
43		教職員のセルフケアとラインによるケア	—	○(応相談)			ストレスチェックの結果の見方と役立て方を解説し、職場改善のポイントをお話しします	
44		職場環境改善について考える	—	○(応相談)			ト部 裕介	教職員一人一人が生き生きと働ける職場について、環境改善のポイントをお話しします
45		コミュニケーションを豊かにする聴き方	—	○(応相談)			大谷 福子	話の聴き方にはポイントがあります。聴き方の実習を通して、コミュニケーションの活性化を考えます
46		睡眠について	—	○(応相談)	メンタルヘルスセンター 保健師	神田 薫	睡眠のメカニズム、一晩の睡眠経過、睡眠障害対策12の指針についてお話しします。	
47	北陸	ストレスマネジメントについて	○	○	臨床心理士(公認心理師)	富田 さなえ 寺口 みねこ 田中 裕子	ストレスチェック制度を踏まえ、ストレスと上手につきあうための方法について具体的な手法も交えてお話しします。	
48		教職員のメンタルヘルス	○	○			メンタルヘルス不調を未然に防ぐためのポイントや心が少しでも健康でいられるような方法を中心に話しします。	
49		職場の人間関係について	○	○			上司や同僚、部下との関わり方や、同僚のメンタルヘルス不調に気づくためのポイントについて	

No	病院	講演テーマ	個別相談の実施	オンライン講演実施の可否	職名 (認定資格等)	講師名	講演概要
50	北陸	うつ病と医療機関へのかかり方について	○	○	臨床心理士（公認心理師）	富田 さなえ 寺口 みねこ 田中 裕子	うつ病についての基本知識や、受診のサインについて。医療機関にかかる際のポイントについてもお話します。
51		実践！リラクゼーション	○	○			ストレス対処法の1つであるリラクゼーション法を皆さんと一緒に実践してみたいと思います。
52		認知症について	○	○			ご自身やご家族が認知症になったら？ 認知症についての基本的な知識についてお話します。
53		“発達障害”をもっと知ろう	○	○			発達障害（児）者への関わり方のポイントについて、具体的にお話しします。小学校から高校まで校種に応じてお話いたします。
54		よい睡眠とれますか？睡眠改善への第一歩	○	○			睡眠はメンタルヘルス不調のサインの1つです。あなたは質のよい睡眠をとれていますか？よりよい睡眠のポイントについてお話します。今日から睡眠改善しましょう。
55		「認知行動療法」について ～自分の考え方のクセを知ろう～	○	○			心理療法の1つである「認知行動療法」についてお話します。自分の考え方のクセを知るとはメンタルヘルス不調予防にもつながります。
56		アンガーマネジメント ～怒りやイライラをコントロールしよう～	○	○			職場や家庭でイライラしたり怒りの感情に振り回されていませんか？上手に怒りをコントロールしていく方法についてお話します。ワークを取り入れた講演にも対応しています。
57		コミュニケーションスキルをアップ ～職場の人間関係、保護者や生徒との関わりを円滑に～	○	○			教職員は様々な人間関係の中でコミュニケーションを図っています。そのスキルアップを目指してワークも交えてお話します。
58		よりよい職場環境を目指して	○	○			教職員の皆さんが働きやすい職場環境のために何ができそうか一緒に考えてみましょう。
59		クレーム対応について ～クレーム理解から対応のポイントまで～	○	○			クレームを正しく理解し適切に対応するポイントについて、ロールプレイを交えてお話します。学校関係者との良好な人間関係の構築に向けたヒントを得ましょう。
60		若手教職員のメンタルヘルスについて	○	○			若手教職員が増えてきている今、若手特有のメンタル不調の要因やその対処法について学びましょう。若手向け、若手をもっと理解したい方向けにも対応いたします。
61		中堅教職員のメンタルヘルスについて	○	○			経験を重ねる職責も大きくなり、ライフイベントも多い年代の方は、メンタル不調に要注意です。中堅向けのメンタルヘルス対策についてお話します。
62	ハラスメントを理解しよう	○	○	ハラスメントと指導の間で葛藤していませんか？ハラスメントを理解し、よりよい人間関係の構築を目指しましょう。			
63	東海	楽しく学ぶ！教職員のためのストレスマネジメント講座 [テーマや内容は要望に応じて変更可]	○	○	心療内科部長	坪野 賢二郎	教職員メンタルヘルス相談現場での多くの相談者との実際の診療経験から知り得た、ストレス対処法のキーポイントについて解説します。またストレスに関する基本的な知識を深めることで、周囲の人へのアドバイスにも活用できます。後半部ではストレス疲労を軽減させるマインドフルネス瞑想法についてご紹介し、参加者の皆さんと一緒に体験していただくかと思っています。
64		よくわかるストレスを抱えた教職員への対応 ～管理職として α 職場の同僚としてのかかり方～ [テーマや内容は要望に応じて変更可]	○	○			管理職として、または職場の同僚として、心のストレスを抱えた教職員とどうかわればよいのか。メンタル不調者の気持ち・視点に寄り添ったかかり方についてお話します。また職場の対人関係を円滑にし、それに伴うストレスを軽減させるコミュニケーションスキルなどについて、学びを深める内容とすることも可能です。ケーススタディ形式で、参加者の皆さんと楽しく一緒に考えながら話をすすめていく形式です。

No	病院	講演テーマ	個別相談の実施	オンライン講演実施の可否	職名 (認定資格等)	講師名	講演概要
65	東海	実データで学ぶ！ストレスチェック集団分析の見方・活用の方法 ～管理職・衛生管理者向け～ [テーマや内容は要望に応じて変更可]	○	○	心療内科部長	坪野 賢二郎	全国教職員ストレスチェックデータをもとに実際に集団分析を様々な角度から行って見て、その結果の見方の基本をわかりやすく解説します。教職員のストレスの特徴と集団分析の見方・活かし方を、実践形式で同時に学習することができます。
66		ポストコロナ時代のメンタルヘルス	○	○			コロナ感染問題は、3年以上の長期間にわたって、ソーシャルディスタンスの励行やマスク着用、急速なICT化など、学校現場も含めた社会全体に未曾有の心理的ストレスを引き起こしました。そのため感染収束後も人々の心や生活様式に様々な後遺症を残すと言われております。教職員や生徒たちへのメンタルヘルスに及ぼす影響について、様々な視点からお話しします。
67		心の健康の“かなめ”！ 睡眠の質をあげる睡眠学講座	○	○			睡眠はストレスマネジメント・心の健康維持に必要な不可欠なものです。良質な睡眠をとるために心掛けることを、脳科学の視点からわかりやすく興味をもって学べます。またどのようなストレスが不眠スコアと関連しているか、睡眠は何時間とるのが良いのかなどを、教職員メンタルヘルス研究等のデータをもとにお話しします。
68	近畿	教職員に多い心の病	○(要相談)	○	精神科部長メンタルヘルスケアセンター長	山村 周平	気づきと予防のために大切な心の病の解説、傾向と対策を。
69		睡眠の病気のいろいろ	○(要相談)	○			健康的な睡眠のために役立つ基礎知識から睡眠の病気まで。
70		ストレスチェック時代の管理職の役割	○(要相談)	○			忙しい管理職むけ。職場のメンタルヘルス、これだけは押さえておきたいというポイント、とりあえずできることから。
71		ストレスチェックの活かし方	—	○			ストレスチェック制度をよりよく活用するために、ご利用いただけます。
72		教職員のメンタルヘルスについて ～心が折れないために～	—	○	メンタルヘルスケア・センター副センター長/主任心理療法士(公認心理師・臨床心理士)	井上 麻紀	予防から再発防止まで、段階に分けて効果的な対応の仕方を学びます。
73		話の聴き方ポイント	—	○			基本的な話の聴き方ポイントをお話し、対応が困難な事例についても、話の聴き方ポイントを学び、保護者対応などに活かします。
74		管理職のための 休業者サポート手続き	—	○			管理職を対象に、休業者が在籍する学校で役に立つ、対応の手引きをお知らせします。50名程度なら、ワークショップも可能です。
75		教職員のメンタルヘルス	—	○	主任心理療法士(公認心理師・臨床心理士)	七里 亜衣子	セルフケアのポイントや不調の気づき方、対人関係のひと工夫など、教職員の皆さまがメンタルヘルスを維持するために役立つ内容をお話します。
76		管理職対象：教職員のメンタルヘルス	—	○			教職員のメンタルヘルス、特に休業と復職について、管理職として必要な知識や対応方法についてお話しします。職員のメンタル不調に気づき、防ぐための関わり方、管理職自身の健康を守る工夫についてもお話しします。
77	教職員のメンタルヘルス	—	○	心理療法士(公認心理師・臨床心理士)	砂田 紗季	教職員のメンタルヘルスについてお話をします。ストレスについて知り、無理なく働く方法や、職場について考えます。	
78	ストレスとコーピング	—	○			ストレスについて知り、日常生活でストレスとうまく付き合っていく方法について考えます。	
79	教職員のメンタルヘルス	—	○		荒井 明日香	教職員のメンタルヘルスの現状について、統計的データやメンタルヘルス相談にえられる教職員の実際の声をもとにお話しします。	

No	病院	講演テーマ	個別相談の実施	オンライン講演実施の可否	職名 (認定資格等)	講師名	講演概要
80	近畿	教職員のメンタルヘルス ～話の聞き方・援助要請に着目して～	—	○	心理療法士（公認心理師・臨床心理士）	荒井 明日香	自他のメンタル不調への気づきと、気になる職員への声かけのポイント、また、相談する側の援助要請の難しさとの関係についてお話しします。
81	中国	教職員のメンタルヘルスについて	○	○	主任心理療法士 (公認心理師、臨床心理士)	加藤 一葉・田村 愛夕美	教員の復職支援と再発防止、メンタルヘルスの基礎知識、職場でのコミュニケーションについて具体的に説明します。
82		ストレスチェック制度について	○	○	主任心理療法士（公認心理師、臨床心理士）・保健師 (人間ドックアドバイザー)	加藤 一葉・田村 愛夕美 ・森上 明美	ストレスチェック制度の意義・役立て方等について説明します。
83		職場復帰支援について	○	○	保健師 (人間ドックアドバイザー)	森上 明美	メンタルヘルス不調で休職している職員の職場復帰の対応について説明します。
84		発達障害について	○	○	主任心理療法士 (公認心理師、臨床心理士)	加藤 一葉	発達障害特性のある教職員との関わり方について説明します。発達障害全般について説明します。
85		新任・若手教職員のメンタルヘルスについて	○	○		田村 愛夕美	初任・若手教職員が知っておきたいメンタルヘルスケアの基本について説明します。
86	四国	働き方改革に向けて -当院の取り組みと現状-	—	○	病院長	北川 哲也	2024.4～からの医師を中心とする職員の働き方改革において、ピーコンを用いた勤怠管理、労働と自己研鑽の仕分け、ICは原則として、平日勤務中の時間内に行うこととする等の業務改善を行いつつある。その他のことも含めてongoingの取り組みについて話したい。
87		メンタルヘルスについて	○	○	総括主任心理療法士	濱田 和子ほか	ストレスマネジメント、リラクゼーション、セルフケア、ラインケアなどご要望をお伺いします。講演+個別面談も可能です

※変更があった場合は、熊本支部ホームページでお知らせします。