

臨床心理士派遣事業

職場におけるメンタルヘルスの維持・向上、知識の普及・啓発をお手伝いいたします。
教職員のこころの健康を保つ予防的取り組みとしてご活用ください。

1 対象 公立学校教職員

2 実施内容

① メンタルヘルスセミナー（以下、セミナー）

主催者のご要望に応じた職員研修を実施いたします。

例) メンタルヘルスの基礎知識、ストレス対処法、事例検討、実技・実習（認知行動療法、自律訓練法、リラクゼーション、コミュニケーション）、健康運動、その他

② メンタルヘルス個別面談（以下、個別面談）

主に新規採用教員（正規任用）が対象となります。セミナーと主に新規採用教員（正規任用）の個別面談を組み合わせてご利用いただくことができます。



3 お申込み方法

- (1) セミナーや個別面談の企画立案については、ご遠慮なくお問い合わせください。
- (2) 申請書をメールまたはFAXにて、下記お申込み先まで提出してください。
申請書は、ホームページよりダウンロードできます。またはFAX等で送付いたしますので、ご用命ください。
- (3) 申請書の到着後、日時およびセミナー内容等を打ち合わせいたします。

4 お問合せ・お申込み

☎03-5283-2323 FAX:03-3292-3500 Eメール:doyoubi@sanraku.or.jp

5 よくある質問

Q 学校や教育委員会
単位以外の申込み
もできますか？

A 対象が公立学校教職員
であれば、校長会、副
校長会、養護教諭部会、
各種研究会、事務職員会
など、各職層の団体等
でもご利用いただけます。

Q 費用は
かかりますか？

A 会場の所在地が都内の
場合、臨床心理士の派
遣は無料です。ただし、会
場の準備は依頼者側でお願
いいたします。
※島しょ・都外での実施は別
途取扱いになります。

Q 複数日の開催や
複数の臨床心理士の
派遣は可能ですか？

A セミナー内容や日程、
個別面談の対象人数に
よって、複数日に渡って
の開催、複数の臨床心理
士派遣が可能です。

※裏面にて実際の利用法、活用例をご案内しております。

利用例

教育委員会主催の例

◆A区：セミナー

対象：管理職30名程度

管理職自身のメンタルヘルスケアと所属の教職員へのラインケアを目的として、メンタルヘルスの基礎知識について、セミナーを実施した。また、復職支援について事例をもとに検討した。

利用者の声 事例が組み込まれていて具体的でよかった。教職員から話してもらいやすい状況を作る大切さを知ることができた。

◆B市：セミナー & 個別面談

対象：初任者20名程度

夏期休業期間中の初任者宿泊研修の一講座として、セルフケアやストレスマネジメントに関するセミナーを実施した。自主研修時間には、全員の個別面談を行った。

利用者の声 具体的な演習が組み込まれていて、とてもわかりやすかった。

◆C区：個別面談

対象：初任者100名程度

1学期に初任者全員の個別面談を3日に渡って実施し、複数の臨床心理士を派遣した。

利用者の声 自分を見つめなおすきっかけとなった。自分のための時間を設けるよう心掛けたい。

学校主催の例

◆D区小学校：セミナー

対象：教職員30名程度

気付かないうちに不調になりやすい先生も多いため、リラクゼーションの実習を取り入れたセミナーを実施した。

利用者の声 隙間の時間でも行えるリラクゼーション法を体験でき、今後も実践していきたいと思った。

◆E市中学校：セミナー & 個別面談

対象：教職員20名程度

自ら気づいてストレスに対処できるよう、グループワークを交えてストレスコーピングについて学んだ。

利用者の声 どのようにストレス対処すべきか、とても実践的な内容だった。

◆F高等学校：個別面談

対象：初任者等4名

年度の後半に職務や心身の健康面を振り返り、今後の職業生活に活かすため、個別面談を実施した。

利用者の声 第三者に話を聞いてもらって、気持ちが楽になった。

◆G特別支援学校：セミナー & 個別面談

対象：教職員25名程度

(初任～3年次、本年度転任者・昇任者)

メンタルヘルスの基礎知識のほか、心と体の両面を整えていく具体的なストレス対処法の講義を行った。その後、初任者2名に対し個別面談を実施した。

利用者の声 講義だけでなく、実際に体を動かす研修内容も含まれていてよかった。

各種部会主催の例

◆校長会：セミナー

対象：校長80名程度

「うつ」に関する基礎知識と事例検討を行った。

利用者の声 ロールプレイが大変ためになった。お互いに意見交換ができ、これから活用できると思った。

ファックス番号：03-3292-3500 メールアドレス：メンタルヘルス.jp
送信先：教職員総合健康センター メンタルヘルスセンター

記入例

平成〇〇年△月〇〇日

臨床心理士派遣申請

1. 希望内容 該当箇所を○にして下さい。

対象	<input checked="" type="checkbox"/> 教職員 <input type="checkbox"/> 管理職 (校長・副校長・昇任副校長)	他の例として 主幹教諭/ 2・3年次教員/新規採用教員/ 事務職/養護教諭/栄養士等
人数	25～30 名程度	時間帯 14:00～15:00 (60分)
内容	<input checked="" type="checkbox"/> メンタルヘルス基礎知識 (必須) <input checked="" type="checkbox"/> 実技実習 (内容は電話連絡時にご相談ください) <input type="checkbox"/> 車庫検診・管理栄養士 東京都正規任用教員に限ります	

2. 派遣希望日時

第一希望	平成29年 7月13日 (木)	14:00～16:00 (120分)
第二希望	平成29年 7月19日 (水)	14:00～16:00 (120分)
第三希望	平成29年10月26日 (木)	14:00～16:00 (120分)

実施にあたって (申請の経緯、内容の希望など)

申請書の到着後、日程を調整して確定になります。

* 記入例は東京都教職員互助会メンタルヘルスホームページをご参照ください。

<http://www.sanraku.or.jp/gojokai/health/mental.html>