

医療・介護現場の離職防止戦略！ チームで支えるメンタルヘルス

ーセルフケア・ラインケアでメンタル不全を防止するー

ー講師ー

オフィス JOC (Japan Okan Consultant) 代表 岡山 ミサ子 氏

日 時 2025 年 9 月 9 日 (火) 午後 1 時～ 4 時

受講方法 ライブ配信／アーカイブ配信 (2 週間、何度でもご視聴可)

〔重点講義内容〕

医療・介護スタッフは、生老病死に深く関わる仕事で、常に緊張し、感情が揺さぶられる感情労働です。さらに、チーム医療なので、いろんな職種との摩擦がストレスを生み出します。医療・介護スタッフは対人援助職なので、ストレスを感じやすい仕事です。様々なストレスが重なりバーンアウトすると、情緒が枯渇し、精神的に疲れ果ててしまいます。そして、患者やスタッフに思いやりや気遣いができなくなります。仕事に対する意欲やモチベーション、楽しみなどが湧かなくなります。中でもリーダー・管理者は、「自分を置き去りにしている」「自分のことは後回しにしている」「患者さんやスタッフのことでいっぱいになっている」そんな風に自分より他者を優先して心に余裕がない管理者・リーダーがたくさんいます。今回はまずは自分を優先順位一番で大事にします。つまり、ストレスの出来事と向きあい、そのときの感情を知り、自分で自分をケアする方法を身につけてもらいます。その上でスタッフの心の不調に気づき、声をかけるラインケアの方法をお伝えします。自殺防止の電話相談でのノウハウも入れて、メンタル不調時やメンタル不調者の関わりを演習し、メンタル不全の防止をします。

1. ストレスと対処法

2. セルフケア・ケアし合う

感情ワーク・いのちのケアワーク

3. ラインケアと現場のメンタル不調時の対応

月・太陽・風の声かけワーク・ストレスの観察

4. ケースで演習するメンタル不調者の関わりの実演

5. ストレスチェックと周囲のサポート

6. ケアし合う・助け合う

絵本「きよべとお月さまのころ」の読み聞かせから考える

7. 質疑応答

PROFILE 岡山 ミサ子(おかやま みさこ)氏

1980 年 北里相模原高等看護学院卒業。1980 年 相模台病院勤務。1981 年 橋本クリニック勤務。
1982 年 新生会第一病院勤務。2000 年 新生会第一病院 看護部長。2009 年 放送大学教養学部卒業(発達と教育専攻)。
2013 年 名古屋記念財団 ホスビーグループ腎透析事業部 統括看護部長。2015 年 青山学院大学ワークショップデザイナー修了。
2016 年 一般財団法人生涯学習開発団認定、認定ワークショップデザイナー取得。
2019 年 オフィス JOC(Japan Okan Consultant)代表。2022 年 令和4年春の叙勲「瑞宝単光章」受章。
2023 年 一宮研伸大学大学院 看護マネジメント学(非常勤講師)。

【社会的活動】

日本サイコネフロロジー学会 監事／認定 NPO 法人ビフレンダーズあいち自殺防止センター 副理事長／愛知県看護管理研究会 元会長

【主な著書】・リーダーのための育み合う人間力(医学書院、2020) ・がんばらなくてもいいんだよ(メディカ出版、2021)

・ケアする人をケアする本「人間関係力」(ともあ、2024) ・きよべとお月さまのころ(看護研究出版、2025)

●受講料	各受講方法 1名につき 33,770円 (税込) 同一のお申込フォームよりお申込の場合、2人目以降 27,500円 (税込) ※ライブ配信受講者様で、アーカイブ配信もご希望の場合は追加料金 11,000円 (税込)で承ります。
●お申込方法	二次元バーコード、又は FAX にてお申し込み下さい。 折り返し受講証、請求書をメール(PDF)にてお送りいたします。 お申込み後、3営業日以内にお手元に届かない場合は必ずご一報下さい。 ※お客様のご都合でキャンセルされる場合は、「 開催1週間前まで 」にお申し出下さい。 その後のキャンセルは、お申し受けできませんのでご了承下さい。
●お支払方法	請求書を発行いたしますので、開催日までに銀行振込でお願いします。(遅れる場合はご相談下さい)

事前に、セミナー講師へのご期待、ご要望、ご質問をお受けしております。 可能な限り講義に盛り込んでいただきますので、お申し込み後、弊社からご連絡するメールにご返信ください。 ■ライブ配信について <1>Zoom にてライブ配信致します。 <2>お申込時にご登録いただいたメールアドレスへ視聴用 URL と ID・PASS を開催前日までにお送り致しますので、開催日時に Zoom へご参加ください。 ■アーカイブ配信について <1>開催日より3～5営業日後を目安に Vimeo にて配信致します。 <2>お申込時にご登録いただいたメールアドレスへ収録動画配信のご用意ができ次第、視聴用 URL をお送り致します。 <3>動画は配信日より2週間、何度でもご都合の良い時間にご視聴頂けます。
--

9月9日(火)		「チームで支えるメンタルヘルス」		申込日	月	日
貴会名						
所在地	〒 ○印をお付けください (ご自宅・お勤め先)					
いずれかの□に必ず✔をお入れ下さい。(アーカイブ配信の追加受講をご希望の場合は、2つ✔をお入れ下さい。)						
☐ ライブ配信			☐ アーカイブ配信			
フリカ'ナ氏名			所属部署・役職			
TEL	() —	FAX	() —			
E-mail	ブロック体でのご記入をお願いいたします。					

※複数名様お申込の場合は下記にご記入をお願いいたします						
いずれかの□に必ず✔をお入れ下さい。(アーカイブ配信の追加受講をご希望の場合は、2つ✔をお入れ下さい。)						
☐ ライブ配信			☐ アーカイブ配信			
フリカ'ナ氏名			所属部署・役職			
TEL	() —	FAX	() —			
E-mail	ブロック体でのご記入をお願いいたします。					

※「受講証」等の送付先が上記と異なる場合は下記にご記入下さい。	
通信欄	

●E-mail アドレス登録受付&ご紹介キャンペーン実施中[Amazon ギフト券(500円)を進呈いたします] ☐ セミナーへのお申込みではなく、メール配信登録のみの方は左記へ✔を入れて下さい。 ※携帯アドレス、フリーメールアドレスは登録対象外となっております。 ※メール配信登録をご希望の方をご紹介下さい！ご紹介いただいた方には Amazon ギフト券(500円)を進呈させていただきます。 ※上記お申込フォームに、ご登録情報(貴社名・所在地・氏名・所属部署・役職・メールアドレス)をご記入下さい。
