

不祥事防止研修会実施報告

学 校 名	三次市立三次小学校
研修テーマ	「教職員のメンタルヘルス」 メンタルヘルス対策は、不調に陥った者だけでなく、職場環境改善を行うことであり、状況にあったケアを行うことが大切であることを知り、メンタルヘルス対策を有効に機能させ、職員のワークモチベーションを維持し、活力の向上につなげる。
研修担当者	保健体育部
研修日時	令和5年1月26日（木） 16:05～16:25
参加人数	27名
実施形態	講義，協議
使用資料等	■公立学校共済組合青森支部 「教職員のメンタルヘルス対策の手引き」 ■「健康教室」 ■土井一博「アドラー心理学から対人関係のトラブル解決法を学ぼう」
研修の概要	(1) 働きやすい職場環境と教職員の健康推進 (2) リスクマネジメント対策 (3) 演習（休職者予防のエクササイズによる職場環境づくり）
研修を終えての 気付き等	・自分のメンタルを大切にしたいと思いました。イライラすることがあったら、徳をつむと我慢するように自分自身の目標として決めています。自分自身のストレス発散方法を大切にしながら取り組んでいきたいです。 ・実際に自己紹介をしてみて、教職員間でも知らないことがたくさんあり、面白かった。職場の雰囲気の仕事のやりやすさが変わってくると思うので、いろいろな先生方と良い関わりをもって楽しく働ける環境にしたい。 ・学級活動でも友だち同士の関わりや集団作りを仕組むことが大切だが、職員間でも実施すると雰囲気作りができて良いと思いました。