

短時間の動画セミナー

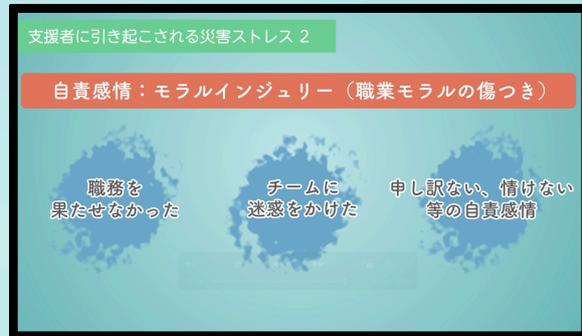
災害時における自治体職員への心のケア

自治体職員の方は、災害が生じると長期間厳しい支援活動にあたらなければいけません。災害時にはどのような心の問題が生じやすいのか、問題が生じたときにどのように対応するのかを理解していただくために、忙しいときにもみていただける短時間の動画を作成いたしました。災害時の準備の1つとして、また日々の心のケアとしてご覧いただけますと幸いです



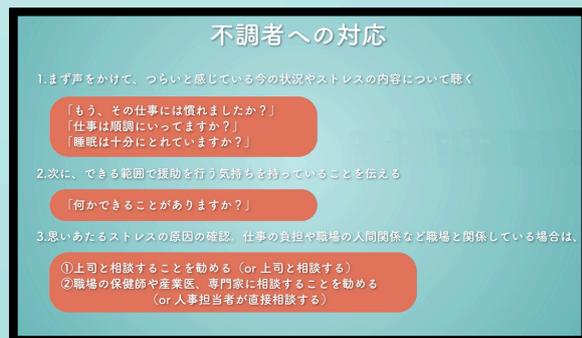
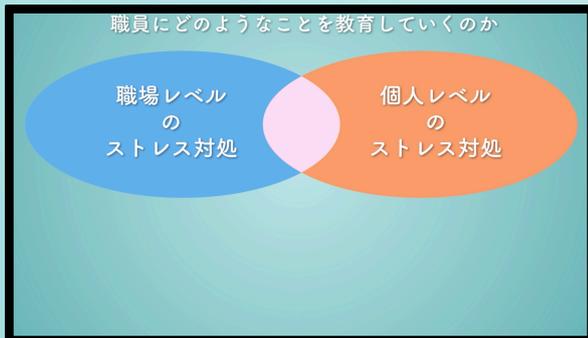
(1) 自治体職員の災害時メンタルヘルス

災害時、自治体職員の方にどのような問題が生じやすいのか解説しています（15分53秒）。



(2) 組織全体で取り組む「職場づくり」ーラインケアのポイントー

主に管理職や上司の方を対象として、いきいきとした職場づくりをするためのラインケアや不調をきたした方への対応方法について解説しています（18分16秒）。



(3) 自分でできる心のケア

心の健康状態のチェックポイントや、災害時にも自分でできる心のケア（セルフケア）のポイントを4つご紹介します（11分27秒）。

