

令和6年度第1回いなべ在宅医療・介護連携研究会を開催しました

日時：令和6年7月25日(木) 午後6時30分～午後8時00分

講師：株式会社スノーム代表取締役 白石みどり氏(公認心理師 看護師)

内容：「医療・介護支援者のメンタルヘルス
～どうしたらいい？心のケア～」



- ・ コロナ禍以降、世界中で不安とうつ病の有病率が 25%増加
- ・ 7人に1人の青少年が精神疾患となり自殺者も増えた
- ・ 不安・孤独・収入の減少・ストレスの増加など、気持ちの落ちる場面は多い
- ・ 医療・介護現場で働く方のメンタルヘルス、心のケアは重要
- ・ 自分自身を守ることも大切である
- ・ 仕事では承認欲求、自己実現を目指す、メンタル不調をきたしたときは、まず、睡眠がとれていること、食事がとれていることといった基本的欲求を満たすことが必要



話し合いの視点

Dさんには、どんな症状が出ていますか？

まだ、情報が足りません。Dさんにどんな質問をしますか？

現時点で、Dさんにどのような行動を促しますか？

白石先生の多くの相談事例の中から、二人一組でディスカッションしました

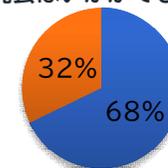


事務局より

研修への参加、アンケートへのご協力ありがとうございました。アンケートのご意見では、「もっと深く聞きたい」「引き続き白石先生のメンタルヘルス研修を企画して欲しい」という声も多くあり、今後いなべ在宅医療・介護連携研究会運営委員会が検討させていただきます。今回の研究会開催時は地域でCOVID-19 患者の陽性数増加がみられ、より感染防止対策を徹底し実施しました。

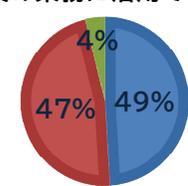
アンケート結果 参加者63名 アンケート回収53名

研究会はいかがでしたか？



■ 大変良かった ■ 良かった

今後の業務に活用できますか？



■ 大いに活用できる ■ 活用できる ■ どちらともいえない

- ・標準的なうつ病の経過や話の流れなど事例を使ってわかりやすく講義していただいたので良かった
- ・人の気持ちに関する内容に興味があった
- ・事例をあげての説明がわかりやすくイメージがわいた
- ・講師の話し方や考えがとても優しく寄り添ってもらえたような気がした
- ・事例を含めてわかりやすい内容であった 対処方法も学べた
- ・スタッフだけでなく管理者も自分を大切にしないと、悪循環になると思った 自分も休息しようと思う
- ・救急の現場活動でも傷病者の方に寄り添った対応ができると感じた
- ・もっと深く聞きたい 引き続き第2弾をやってほしい