

# 看護職のメンタルヘルスケア事業

## 1. 看護職を対象としたメンタルヘルス相談

看護職のみなさまにご利用いただける、メンタルヘルスの相談窓口を開設しております。  
不安やお悩み、心身の不調など、お気軽にご相談ください。  
専門の相談員がお待ちしております。



### 電話相談

TEL: 0120-543-556

#### 【受付時間】

平日 13時00分～21時00分  
土日祝日 13時00分～17時00分

- ◆ 開設期間  
2022年1月8日～2023年3月31日
- ◆ 相談対応者  
臨床心理士、精神保健福祉士、  
精神看護認定看護師等



### メール相談

相談受付フォーム↓よりご相談ください  
<https://www.nurse.or.jp/question/31617e34d37169ae1545160889c34702/mail.cgi>

【受付時間】 毎日24時間

- ◆ 開設期間  
2020年4月20日～

ご相談いただいてから7日ほどお時間をいただき、本会からEメールにてお返事させていただきます。



Zoom等を用いた

### WEB個別相談

2022年1月中旬開設予定

#### 【受付時間】

毎週土曜日 13時00分～18時00分  
(相談時間 1 相談あたり30分程度)

- ◆ 開設期間  
2022年1月中旬（予定）～2023年3月31日
- ◆ 相談対応者  
一般社団法人日本看護系学会協議会会員の  
精神看護専門看護師、精神科認定看護師、  
認定看護管理者、日本家族看護学会員の専  
門看護師及び認定看護師

※お話いただいた内容は決して口外することはありません。安心してご相談ください。  
※相談内容に応じて、専門機関をご紹介します場合がございます。

## 2.メンタルヘルスケア周知事業

メンタルヘルスケアの重要性や手法を周知するため、大学講師による研修動画を制作しました。看護職個人のセルフケアのほか、病院の経営層や管理職が行うラインケアなど、バリエーション豊かな8本の動画を公開しております。どうぞご活用ください。

公開場所：日本看護協会ホームページ 自由閲覧可能

### 講師

- ・ 聖路加国際大学大学院看護学研究科 精神看護学教授 萱間 真美 氏
- ・ 筑波大学 医学医療系 災害・地域精神医学 准教授/茨城県立こころの医療センター 地域・災害支援部長・室長/筑波メディカルセンター 精神科 高橋 晶 氏

	動画タイトル	講師
1	コロナ禍と看護職のメンタルヘルス	萱間氏
2	状況の不確かさと道徳的傷つき	萱間氏
3	組織によるメンタルヘルスのラインケアとBCP	高橋氏
4	支援者支援の考え方	高橋氏
5	看護職に効果的なセルフケア	萱間氏
6	管理職のメンタルヘルス	高橋氏
7	看護職のキャリア支援の考え方	高橋氏
8	PTGと看護職の成長 ～ポストコロナに向けて～	萱間氏

本事業の詳細については、本会ホームページ上の特設ページ↓をご覧ください。  
[https://www.nurse.or.jp/nursing/practice/covid\\_19/covid\\_desk/mental.html](https://www.nurse.or.jp/nursing/practice/covid_19/covid_desk/mental.html)

The screenshot shows the homepage of the Japanese Nursing Association (JNA). A prominent banner is titled "抱えきれなくなる前に、相談してみませんか？ 看護職のためのメンタルヘルス相談窓口" (Before you can't hold it anymore, let's consult? Mental health consultation window for nursing staff). The banner includes icons for "相談無料 秘密厳守" (Free consultation, strict confidentiality), "電話" (Phone), "メール" (Email), and "WEB個別相談" (WEB individual consultation). Below the banner, it states "メンタルヘルスに関する研修動画を公開" (Publicizing training videos on mental health) and "新型コロナウイルス感染症対策のための専任会事業" (Specialized association activities for COVID-19 countermeasures). The website header includes the JNA logo and navigation links like "HOME" and "お問い合わせ" (Contact Us).

本会HPのTOP画面から  
こちらのバナーを  
クリック