

# 出前講座！

## 日精看が力になります

出前講座未経験の方には、講義のコツがわかる研修や手引きを用意しています。  
あなたのチャレンジを応援します。

## って困んで地域交流

小規模な講座だからこそ、生の声がたくさん出てきます。ナースならではの具体的なアドバイスが活きる場です。  
「今日の講師は、あの病院の看護師さん」。精神科病院が身近になります。

## 師になって情報発信

精神科看護の専門家として正しい知識をわかりやすく提供して、「特別な病気」という誤解や偏見を解消します。精神科医療について知ってもらうチャンスです。

## へ前へと自己研鑽

医学的知識のない方々にわかりやすく伝えるための工夫が、自分のもっている知識の再確認やコミュニケーション力のアップにつながります。現場での疾病教育や服薬指導にも活かれます。

## かけていって社会貢献

あなたの精神科看護の経験が、地域の困っている方々を支えます。  
ナースだからこそ、「お医者さんには聞けないこと」に答えることができます。



精神科看護歴5年以上のみなさん、あなたもはじめませんか？

## 「こころの健康出前講座」講師

## 募集中

小・中学校、公民館やコミュニティセンター、福祉施設、一般企業など全国各地のさまざまな場所で、出前講座が行われています。

出前講座  
たとえば  
こんなテーマで

- 児童～青年期のこころの健康 「こころの元気について考えてみよう」「子どもたちへの声かけ ～身近な大人ができること～」など
- 働き盛りのこころの健康 「ビジネスマンのストレスと簡単解消法」「同僚がうつ病になったとき ～同僚の支え、上司のひとこと～」など
- 女性のこころの健康 「うつ病 ～日常生活であらわれやすいサイン～」 「アルコール依存症のほんとうのこと」など
- 高齢者のこころの健康 「認知症 ～早期発見の手がかり～」 「認知症ケア ～家族だけでがんばりすぎないで～」など

詳細や資料のお問い合わせは、☎0120-891939、日精看事務局 ☎03-5796-7033、 支部 ☎ まで

まずはお気軽に！

日本精神科看護技術協会「こころの健康出前講座」プロジェクト

