

# 令和4年度 健康教育教材(DVD)一覧

※貸出は大分県内の教育関係所属(公立学校共済組合員が所属する職場)に限る

No.	タイトル	規格	購入年月	時間
セ-1	『メンタルヘルスのためのストレス・コーピング入門第1巻ストレスとコーピング』	DVD	H20年2月	24分
セ-2	『メンタルヘルスのためのストレス・コーピング入門第2巻ストレス原因へのコーピング』	DVD	H20年2月	16分
セ-3	『メンタルヘルスのためのストレス・コーピング入門第3巻ストレス反応へのコーピング』	DVD	H20年2月	20分
セ-4	『ストレスをためない10の方法』	DVD	H20年2月	26分
セ-5	『ストレスにちょっぴり強くなるために』	DVD		25分
セ-6	『ストレス1日決算主義のセルフケア』	DVD		20分
セ-7	『自分でできるストレス対処法』-4つのケアとソーシャル・サポート-	DVD	H23年10月	25分
セ-8	『心を楽にするセルフケア』-考え方のクセに気づこう-	DVD	H23年10月	25分
セ-9	『ポジティブ・メンタルヘルス-生活習慣から見直す心の健康』	DVD	H26年1月	30分
セ-10	元気な職場をつくるメンタルヘルス7『ストレスチェックを活用したセルフケア』	DVD	H29年6月	25分
セ-11	元気な職場をつくるメンタルヘルス7『部下が休職する前にできること～ラインケアに活かそう！ストレスチェック制度～』	DVD	H29年6月	25分
管-1	『管理職によるメンタルヘルスー傾聴するコミュニケーション』	DVD	H20年2月	20分
管-2	『管理監督者によるメンタルヘルス 職場のキーパーソンとして何をすべきか?』	DVD		42分
管-3	『過重労働とメンタルヘルス』	DVD	H27年3月	18分
管-4	『人材流失を防ぐ職場復帰実践マニュアル』	DVD	H27年3月	30分
職-1	『職場で支え合い、いきいき働く～メンタルヘルスの一次予防対策～』	DVD		25分
職-2	『心の通う健やかな職場作りのために～うつ病の理解とその対応～』	DVD		24分
職-3	『こうすればできる！職場復帰ー受け入れる職場の心得ー』	DVD	H20年2月	20分
職-4	『職場再点検シリーズ・メンタルヘルス編 (1)(2)』 (1)チェックしよう!あなたの職場 (2)心の不調の気づき方	DVD	H18年7月	27分 18分
職-5	『同僚職員による復職者へのサポート 絆で支える試し出勤・職場復帰』	DVD	H23年	50分
疾-1	『ふえてきたうつ病』	DVD	H18年7月	20分
疾-2	『心身症を予防する日常生活』	DVD	H20年2月	20分
疾-3	『自律神経失調症』	DVD	H20年2月	20分
疾-4	『新型うつ』(管理者向け)	DVD	H26年1月	23分
総-1	『地方公務員のメンタルヘルス講座』	DVD		79分
生-1	『働き盛りの高脂血症を予防する日常生活』	DVD	H18年7月	20分
生-2	『死の四重奏ー肥満・高血圧・糖尿病・高脂血症』	DVD	H25年	15分
生-3	『成人病は習慣病<改訂版>』	DVD	H18年7月	20分
生-4	『痛風とリウマチを予防する日常生活』	DVD	H18年7月	20分
生-5	『脂肪肝ー生活習慣病の注意信号』	DVD	H18年7月	20分
生-6	『がんを予防する日常生活 (がん予防17のポイント)』	DVD	H21年8月	15分
生-7	『突然死を防ぐには I (心臓病と突然死)』	DVD	H21年8月	20分
生-8	『突然死を防ぐには II (くも膜下出血、高血圧性脳内出血、脳梗塞)』	DVD	H21年8月	20分
生-9	『まさか私が乳がん!?～早期発見があなたを救う～』	DVD	H23年	18分
生-10	『舞の海のがんに全勝優勝!』	DVD	H23年	30分
習-1	『見直そう!あなたの生活習慣-第1巻-あなたの1日を再点検(食事・アルコール・たばこ)』	DVD	H23年10月	20分
習-2	『見直そう!あなたの生活習慣-第2巻-あなたの1週間を再点検(休養・運動)』	DVD	H23年10月	20分
習-3	『わかっているけどできない人のためにー生活習慣改善のコツー』	DVD	H18年7月	23分
習-4	『運動不足は健康不足ー健康日本21の実践』	DVD	H18年7月	20分
習-5	『よい習慣・悪い習慣ー健康習慣を獲得する行動科学ー』	DVD	H20年2月	25分
習-6	『プラス野菜でヘルシーライフー外食の上手な摂り方ー』	DVD	H21年3月	20分
メ-1	『メタボリックシンドローム』	DVD	H18年7月	20分
メ-2	『肥満を予防する日常生活』	DVD	H18年7月	20分
メ-3	『これでアナタも肥満解消!肥満のことについてよく知ろう』	DVD	H21年3月	15分
メ-4	『これでアナタも肥満解消!おすすめ、減量アプローチ』	DVD	H21年3月	18分
メ-5	『防ごう!メタボリックシンドロームー内臓脂肪をやっつけろー』	DVD	H21年3月	20分
メ-6	『クイズで考える 健診結果の見方、活かし方 ①メタボリックシンドローム編』	DVD	H27年3月	27分
メ-7	『クイズで考える 健診結果の見方、活かし方 ②血圧』	DVD	H27年12月	28分
メ-8	『クイズで考える 健診結果の見方、活かし方 ③血糖値』	DVD	H27年12月	28分
メ-9	『クイズで考える 健診結果の見方、活かし方 ④脂質編』	DVD	H27年3月	28分

# 令和4年度 健康教育教材(DVD)一覧

※貸出は大分県内の教育関係所属(公立学校共済組合員が所属する職場)に限る

No.	タイトル	規格	購入年月	時間
健-1	『何をみるための検査なのでしょうか～主な健診結果を読む～』	DVD	H18年7月	20分
健-2	『健診で要注意といわれたあなたに～健診結果の見方と活かし方』	DVD	H23年10月	27分
煙-1	『ニコチン依存症を予防する日常生活』	DVD	H18年7月	20分
煙-2	『タバコ百害 禁煙サポート』	DVD	H21年3月	25分
そ-1	『ふえてきた結核』	DVD	H18年7月	20分
そ-2	『職場で行う腰痛予防体操 みんなで進める腰痛予防のノウハウ』	DVD	H21年3月	12分
そ-3	『頭痛(肩こり)を予防する日常生活』	DVD	H21年3月	25分
そ-4	『職場の安全・あなたの健康－知って守ろう 安全衛生管理－』	DVD	H20年3月	51分
そ-5	『腰痛・肩こり・頭痛』	DVD	H23年10月	18分
そ-6	『健康になる腰痛予防体操』	DVD	H24年	45分
そ-7	『NHKテレビ体操』(ラジオ体操第1・第2、みんなの体操の正しい動きを実技指導)	DVD	H25年1月	34分
そ-8	『しない、させないパワーハラスメント』(全職員編)	DVD	H26年1月	25分
そ-9	『管理職のためのパワーハラを起こさない職場づくり』(管理職)	DVD	H26年1月	25分
そ-10	『守ろう！教職員の安全と健康 ～教育現場における安全衛生管理のあり方～』	DVD	H31年3月	43分
教-1	『教員のためのメンタルヘルス』第1巻 上手なセルフケアのヒント	DVD	H25年1月	23分
教-2	『教員のためのメンタルヘルス』第2巻 同僚のSOSには相互ケア	DVD	H25年1月	19分
教-3	『教員のためのメンタルヘルス』第3巻 働きやすい職場をつくるラインケア	DVD	H25年1月	21分
教-4	『教職員のための保護者対応力向上シリーズ』第1巻 保護者対応の基本(小中学校に対応)	DVD	H25年1月	20分
教-5	『教職員のための保護者対応力向上シリーズ』第2巻 保育園・幼稚園編	DVD	H25年1月	22分
教-6	『教職員のための保護者対応力向上シリーズ』第3巻 小学校編	DVD	H25年1月	22分
教-7	『教職員のための保護者対応力向上シリーズ』第4巻 中学校編	DVD	H25年1月	20分
教-8	『教職員のための保護者対応力向上シリーズ』第5巻 高校編	DVD	H25年1月	22分
教-9	『教職員のための保護者対応力向上シリーズ』第6巻 対応の難しいケース編(保育園・幼稚園・小中学校に対応)	DVD	H25年1月	25分