DVD一覧

種類	No.		標題	内容	収録時間	制作年	保管枚数
安全衛生	1	★	職場の安全・あなたの健康 ―知って守ろう 安全衛生管理―	安全衛生管理のポイント、効果的な安全衛生管理活動、健康管理	51分	2010 （H22）	2枚
	2	☆	IFの分岐点～針刺し切創を防ぐ～ 病院等における災害防止対策DVD	ドラマ編 事例と対策編 解説編 組織的な取り組み編	87分	2011 （H23）	1枚
	3	☆	学校給食事業の公務災害 ゼロを目指して	各作業工程ごとの公務災害防止対策、注意点、正しい姿勢で作業、作業手順書の作成、高齢化に対応した安全対策	27分 21秒	2015 （H27）	1枚
	4	★	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～	公務災害防止、安全衛生管理体制、長時間勤務、メンタルヘルスなどについて	43分 22秒	2019 （R1）	8枚
健康づくり	5		メタボリックシンドロームを予防する エクササイズガイド	今日あなたは何エクササイズをしましたか？ 「エクササイズガイド」とは現在の身体活動量にや体力の評価とそれを踏まえた目標設定の方法、一人一人にあった運動内容の選択、達成するための方法などを紹介。健康増進、生活習慣病予防のためにぜひ活用しましょう。	1時間 2分	2007 （H19）	2枚
	6		平成19年度 健康・退職づくり視聴覚教材 （DVD）制作事業 食事バランスガイド あなたの身体を大切に	ピンクの電話をナビゲーターに迎え、「食事バランスガイド」について何をどのくらい食べたらよいか簡単に説明	37分	2007 （H19）	2枚
	7		平成19年度 健康・退職づくり視聴覚教材 （DVD）制作事業 健康診断を受けてよかった ～特定健診・特定保健指導／がん検診～	がん検診、特定健診・特定保健指導について石丸健次郎がドラマ形式で紹介	34分	2007 （H19）	2枚
	8		働く人の睡眠と健康 ①あなたの睡眠、足りていますか？ ～睡眠不足と睡眠障害～	仕事が忙しい、趣味で多忙、十分寝ているはずなのに眠い…。様々な事情で働く人の睡眠時間が不足しています。睡眠不足の状態を放置するとどのような影響があるのか。睡眠不足に潜む心身の健康への影響や睡眠障害について、データを用いて分かりやすく解説した教材です。	24分		1枚
メンタルヘルス	9	★	心の通う健やかな職場づくりのために ～うつ病の理解とその対応～	うつ病の方の体験談をもとにメンタルヘルスについて解説	24分	2005 （H17）	2枚
	10	★	メンタルヘルス三次予防対策 こころのケア ～職場復帰と再発防止～	生稲晃子をナビゲータに迎え職場でのメンタルヘルス三次予防対策について紹介	26分	2007 （H19）	1枚
	11		研修教材 リーダー教員のためのメンタルヘルスマネジメント	ある若手教員が異動を機に心を病んでしまう事例を通して管理職などのリーダー教員がとるべき対応やあり方などを学ぶ	36分	2007 （H19）	1枚

DVD一覧

種類	No.		標題	内容	収録時間	制作年	保管枚数
メンタルヘルス	12	☆	地方公務員のメンタルヘルス講座	メンタルヘルスを知る ～総論～ メンタルヘルス　その時どうずる？ ～一般職員向け～ メンタルヘルス　その時どうする？ ～管理監督者向け～	79分	2009 （H21）	1枚
	13	★	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？	富永美樹をナビゲータにメンタルヘルス対策をドラマを通じて学ぶ	42分	2010 （H22）	2枚
	14	☆	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	メンタルヘルス不調の基礎知識 解説編　試し出勤　受け入れ前の話し合い 実践編　試し出勤の段階 実践編　職場復帰後の段階	50分	2011 （H23）	1枚
	15		新・メンタルヘルス　セルフケア ストレスにちょっぴり強くなるために	セルフケアのための4つの「知る」について解説	25分		1枚
	16		新・メンタルヘルス　セルフケア ストレスをためない10の方法	成城墨岡クリニック院長がストレスをためないための10の方法を紹介	27分		1枚
	17		メンタルヘルスビデオ　新人・若手社員のセルフケア ～ストレスと上手につきあうスキル～	ストレスに押しつぶされることなく上手に付き合う方法	20分		1枚
	18		元気な職場をつくる　メンタルヘルス7 第1巻　ストレスチェックを活用したセルフケア	ストレスチェック制度の活かし方とセルフケアの方法を考えるドラマ	25分		1枚
	19		元気な職場をつくる　メンタルヘルス7 第2巻　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～	課長がストレスの高い部下二人に対応する姿を通じてラインケアのあり方をわかりやすく解説するドラマ	25分		1枚
	20		職場のメンタルヘルス対策シリーズ 第1巻　セルフケア　全員編	セルフケアの基本は気付きとセルフコントロールです。プロジェクトのリーダーと、畑違いの部署への異動をした中堅社員の事例から、ストレスへの気付き方、そして具体的な対処方法を見ていきます。 【主な内容】セルフケアとは/ストレスとは/6つのストレス対処法（怒りのコントロール他）/リモートワークでのストレス対処法	36分	2024 （R6）	1枚
	21		職場のメンタルヘルス対策シリーズ 第2巻　セルフケア　新人・若手社員編	学生時代から大きく生活環境の変わる新入社員を主人公にしたドラマで展開。生活上のストレスの例と気づきや対処方法について、分かりやすく解説しています。 【主な内容】セルフケアとは/ストレスとは/6つのストレス対処法（マイナス思考からプラス思考へ　他）/リモートワークでのストレス対処法	29分	2024 （R6）	1枚
	22		職場のメンタルヘルス対策シリーズ 第3巻　管理職のためのラインケア	職場のメンタルヘルス対策を管理職はどのようにマネジメントしていけばよいのでしょうか。この教材では、人間関係のこじれや対外的なトラブルから再生へと踏み出す事例と、その解説でみていきます。 【主な内容】 ラインケアとは/部下の不調への気付き方と対処方法/職場環境等の改善とは/リモートワークでのラインケア	27分	2024 （R6）	1枚

DVD一覧

種類	No.		標題	内容	収録時間	制作年	保管枚数
コミュニケーション	23		職場のコミュニケーションスキル　第1巻 アンガー・マネジメント　上手な怒りとの付き合い方	「怒り」は、人間関係をギクシャクさせたり、ストレスの原因になるなど厄介な感情です。「怒り」との付き合い方を身に着けることで、職場のコミュニケーションの改善を目指す教材です。 【主な内容】 「怒り」は自分の大事なものが傷つけられているサイン/「怒り」の感情との付き合い方/大事なものを守る4つのステップ/自分の「怒り」のツボを知る　他	23分	2022 (R4)	1枚
	24		職場のコミュニケーション・スキル　第2巻 アサーション　上手な気持ちの伝え方	お互いの気持ちや言いたいことを、相手を傷つけずに伝える相互尊重の方法であるアサーティブなコミュニケーションについて事例を交えて学ぶ教材です。 【主な内容】 4つの自己表現タイプ/アサーティブなコミュニケーション・スキル（傾聴力、質問力、DESC法）/テレワークのコミュニケーション　他	25分	2022 (R4)	1枚
	25		心理的安全性　第1巻 心理的安全性の高め方　リーダー向け	心理的安全性を高めるために、チームの要となるリーダーの役割や必要な対策を、事例・解説で見ていく教材です。 【主な内容】 心理的安全性とは／対人関係のリスクとなる4つの不安／心理的安全性の高め方（日常的な対応、会議、問題が起きたとき）	33分	2022 (R4)	1枚
	26		心理的安全性　第2巻 心理的安全な職場をめざして　メンバー向け	心理的安全性を高めるために、チームのメンバーに何が、どのようにできるかを、事例・解説で見ていく教材です。 【主な内容】 心理的安全性とは／対人関係のリスクとなる4つの不安／心理的安全性を高める5つの方法（挨拶プラスワン、傾聴力、自己開示、関心を持った質問、DESC法）	30分	2022 (R4)	1枚
	27		障がい者と共に働く～合理的配慮と共生社会～	【主な内容】 合理的配慮とは？障害者雇用促進法と障がい者差別解消法 ・障がい者の特性と合理的配慮 ・事例ドラマ ・障がい者がいるチームは生産性があがる	34分	2024 (R6)	1枚
	28		New 職場のコミュニケーション・スキル2　第1巻 インシビリティからシビリティへ　礼節ある職場づくり	「インシビリティ」とは「礼節を欠いた」「無礼な」の意味。挨拶を無視したり、軽蔑したりという言動が相当します。パワハラを生まないための防止策としてもお使いいただける教材です。 【主な内容】 インシビリティとは／礼節を欠いた行動の影響／インシビリティを断ち切るには（RASA）　他	20分	2025 (R7)	1枚

DVD一覧

種類	No.		標　　題	内　　容	収録時間	制作年	保管枚数
コミュニケーション	29		New 職場のコミュニケーション・スキル2　第2巻 アンコンシャス・バイアスとマイクロアグレッション　基礎編　その一言、大丈夫？	職場でしばしば見られる「マイクロアグレッション（些細な攻撃）」。「アンコンシャス・バイアス（無意識の偏見）」が原因であることが少なくありません。これを放置すると、メンバーの信頼関係が崩れたり、メンタル不調や生産性の低下にもつながるため対策が不可欠です。「基礎編」では、事例を通してその問題点を見ていきます。 【主な内容】 アンコンシャス・バイアスとマイクロアグレッション／マイクロアグレッションの影響　他	19分	2025 （R7）	1枚
	30		New 職場のコミュニケーション・スキル2　第2巻 アンコンシャス・バイアスとマイクロアグレッション　実践編　その一言、大丈夫？	「アンコンシャス・バイアス」は誰にもあるものですが、それを「マイクロアグレッション」にしないためにはどうすれば良いでしょうか。「実践編」では事例を通して防止対策を見ていきます。 【主な内容】 マイクロアグレッションの防止策（発言者向け、被発言者向け、周囲の人向け）　他	19分	2025 （R7）	1枚

令和8年3月23日現在

【利用制限】

★ 地方公共団体内での使用であれば複製可能です。
必要であればコピーしてご利用ください。

☆ 地方公共団体内での使用であれば複製可能です。
必要であればコピーしてご利用ください。
また、地方公共団体内での使用であれば、サーバー内での共有利用が可能です。