



## ご存知 ですか？

# 心理療法士②

(臨床心理士 椎野 睦)

メンタルヘルス相談を担当する心理療法士(臨床心理士)のある一日です。  
当院は公立学校共済組合員の職域病院です。今回は、公立学校共済組合員の皆様に対して行っているメンタルヘルスサービスについての日々の業務をご紹介します。

**9:00** 出勤。  
**人間ドックにおけるストレスチェック業務開始**  
面談予約の確認や一日の業務全般の確認をするとともに、ストレスチェックシートを事務より受け取ってパソコンにデータ入力し、結果を判定します。その結果から、こころの健康状態(ストレス状態)についての所見を記入します。

**10:20~** **ストレスチェック面談業務開始**  
人間ドック受診時に心理療法士とのストレスチェック面談をご希望された方と面談を行います。面談は予約制で、人間ドックの各種身体検査に支障の出ない時間に面談を実施しています。



**12:30~** 昼食休憩

心理療法士(臨床心理士)は、臨床心理学の立場から患者様のこころの悩みを伺い、解決法を共に考え、支援する業務を行っています。

当院のメンタルヘルス相談は公立学校共済組合員様とご家族様のためのサービスとなっております(2011年8月現在)。ご来室の際には必ず事前に面談のご予約をお願い致します(予約専用電話:03-3429-1510(平日:月~金 10:00~16:00))。

たとえば「夜眠れない」「うつ病ではないかと心配」「家族のことで困っている」「職場の人間関係で困っている」「休職中だが今後どうしたらいいかわからない」「とにかく誰かに話を聞いてほしい」「自分の性格について」など、さまざまにご相談をお受けします。

ご相談に関する秘密は固く守ります。ご本人の了解なくご家族や勤務先等に面談されたことやお話されたことが報告されることはありません。お気軽にご相談ください。

**13:30** **メンタルヘルス相談 ケース1**  
1回1時間のカウンセリングを行います(予約制)。

**14:30** **ケース記録および次の面談のための準備**  
相談の内容を整理して記録します。そして、次のケースに備えます。

**15:00** **メンタルヘルス相談 ケース2**  
1回1時間のカウンセリングを行います(予約制)。

**16:00** **ケース記録および次の面談のための準備**  
相談の内容を整理して記録します。そして、次の講演に備えます。

**16:40** **講演(教職員のストレスとメンタルヘルス)**  
2日人間ドック受診者様を対象に、教職員のストレスとメンタルヘルスをテーマにした講演を行います。

**17:00** 終業

