

健康教育教材(DVD・ビデオ)一覧(平成30年度)

No.	タイトル	規格	購入年月	時間	備考
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	『気付くストレス気付かないストレス～一人ひとりのメンタルヘルスケア～』	ビデオ		25分	
セ-5	『ストレスをためない10の方法』	ビデオ	H20年2月	26分	
セ-5	『ストレスをためない10の方法』	DVD	H20年2月	26分	
セ-6	『ストレスにちょっぴり強くなるために』	ビデオ		25分	
セ-6	『ストレスにちょっぴり強くなるために』	DVD		25分	
セ-7	『ストレス1日決算主義のセルフケア』	DVD		20分	
セ-8	『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	共済
セ-9	『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	共済
セ-10	『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	共済
セ-11	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-12	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	『職場のストレスマネジメント第1巻-管理監督者の役割』	ビデオ	H18年7月	25分	
管-2	『職場のストレスマネジメント第2巻-部下の心をひらく相談対応のノウハウ』	ビデオ	H18年7月	25分	
管-3	『管理職によるメンタルヘルス-傾聴するコミュニケーション』	DVD	H20年2月	20分	
管-4	『職場におけるメンタルヘルス 第1部 エントを起こした新入社員』	ビデオ		18分	
管-5	『職場におけるメンタルヘルス 第2部 出向先の環境に馴染めないエンゾニア』	ビデオ		21分	
管-6	『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-7	『過重労働とメンタルヘルス』	DVD	H27年3月	18分	
管-8	『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	同上(別規格)	ビデオ		25分	
職-3	『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-4	同上(別規格)	ビデオ		24分	
職-5	『こうすればできる！職場復帰-受け入れる職場の心得-』	DVD	H20年2月	20分	
職-6	『新・職場のメンタルヘルス 1. 自殺予防編 -心の危険信号 見落としていませんか-事業者責任と心の健康』	ビデオ	H18年7月	20分	
職-7	『新・職場のメンタルヘルス 2. 職場復帰編 -スムーズな職場復帰のために-職場復帰のノウハウと注意点』	ビデオ	H18年7月	17分	
職-8	『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-9	『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	共済
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	『慢性疲労症候群』	ビデオ	H20年2月	20分	
疾-5	『新型うつ』(管理者向け)	DVD	H26年1月	23分	共済
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-肥満・高血圧・糖尿病・高脂血症』	ビデオ	H18年7月	25分	
生-2	『死の四重奏-肥満・高血圧・糖尿病・高脂血症』	DVD	H25年	15分	共済
生-3	『成人病は習慣病<改訂版>』	DVD	H18年7月	20分	
生-4	『痛風とりウマチを予防する日常生活』	DVD	H18年7月	20分	
生-5	『脂肪肝-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	共済
生-10	『舞の海のがんに全勝優勝!』	DVD	H23年	30分	共済

健康教育教材(DVD・ビデオ)一覧(平成30年度)

No.	タイトル	規格	購入年月	時間	備考
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)』	ビデオ	H18年7月	20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	共済
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)』	ビデオ	H18年7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	共済
習-3	『わかっていてもできない人のために—生活習慣改善のコツ—』	DVD	H18年7月	23分	
習-4	『運動不足は健康不足—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—健康習慣を獲得する行動科学—』	DVD	H20年2月	25分	
習-6	『プラス野菜でヘルシーライフ—外食の上手な摂り方—』	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、減量アプローチ法』	DVD	H21年3月	18分	
メ-5	『健康と栄養—正しいダイエット』	ビデオ	H18年7月	25分	
メ-6	『防ごう!メタボリックシンドローム—内臓脂肪をやっつけろ—』	DVD	H21年3月	20分	
メ-7	『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-8	『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	共済
メ-9	『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	共済
メ-10	『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	
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	『上手に活かそう あなたの職場の健康診断—事後措置と事後指導—』	ビデオ		29分	
健-3	『人間ドッグ利用のすすめ(正常値・異常値)』	ビデオ	H20年2月	20分	
健-4	『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』	ビデオ	H18年7月	27分	
健-4	『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	共済
健-5	『生活を変える、検診を受ける~がんから家庭を守ろう』	ビデオ	H23年	27分	共済
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	『VDT症候群の予防と対策—職場のパソコン、VDT作業における健康管理』	ビデオ	H18年7月	30分	
そ-2	『ふえてきた結核』	DVD	H18年7月	20分	
そ-3	『神経痛・腰痛を予防する日常生活』	ビデオ	H20年2月	20分	
そ-4	『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-5	『頭痛(肩こり)を予防する日常生活』	DVD	H21年3月	25分	
そ-6	『ケースで学ぶパワー・ハラスメント対応①パワハラがなくなる話し方・接し方』	ビデオ	H20年3月	20分	
そ-7	『ケースで学ぶパワー・ハラスメント対応②どこからがパワハラか』	ビデオ	H20年3月	20分	
そ-8	『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-9	『腰痛・肩こり・頭痛』	DVD	H23年10月	18分	共済
そ-10	『健康になる腰痛予防体操』	DVD	H24年	45分	共済
そ-11	『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	共済
そ-12	『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	共済
そ-13	『管理職のためのパワハラを起こさない職場づくり』(管理職)	DVD	H26年1月	25分	共済
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	共済
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	共済
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	共済
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	共済
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	共済
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	共済
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	共済
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	共済
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	共済