

令和2年度こころといのちの講演会（若年層向け）実施内容

◆開催概要

タイトル：「メンタルヘルス・ファーストエイド講習～身近な人のこころの不調に気づいたら?～」

日時：令和2年10月3日（土曜日）13時30分～16時

対象：都内在住・在学の学生

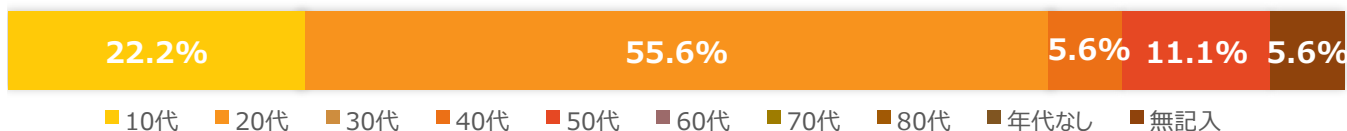
*主に医療・保健・福祉・法律・教育等、将来対人援助職を希望する方

参加人数：47名【学生30名、都民9名、関係団体4名、行政職員4名】

内容：オンラインにて、前半は、メンタルヘルス・ファーストエイド（MHFA）の重要性等を講義し、後半は演習を実施した。

◆アンケート結果

<年代別>



<講演会の評価>



項目	回答（抜粋）
参加理由	<ul style="list-style-type: none"> うつ病患者が増加している現状を受け、話の聞き方など適切な対応について知識を得たいと考えたため。 心理について関心があり、コロナ禍でさらに関心が増した。 現在看護師を目指していて、患者さんの気持ちに寄り添うために必要な学習だと思ったため。
感想	<ul style="list-style-type: none"> 今年は実習も病院で行えなかったので不安を抱えた人にどのように対応するべきか機会が少なかったため、今回の講演を通してどのような声掛けをするべきかを学ぶことができた。 メンタルヘルス・ファーストエイドについて知ることができ、それをどのように生かすかということをロールプレイで理解することができました。 自殺予防についての説明がとても分かりやすく、具体的な介入方法が示されており、ロールプレイもしやすかったため良かったと思った。

【評価】

- ・30代以下の割合は77.7%で8割近くなっており、若年層の集客に結び付いたといえる。
- ・講義だけでなく、対応方法を実践できたことを評価する声が多かった。

【今後に向けて】

- ▶オンライン実施の課題を踏まえ、講演の実施方法を検討するとともに、引き続き自殺対策に一定の関心度・ニーズのある若年層を対象として実施する。