

# 開催 レポート

## 大阪府臨床心理士会 第4回公開講座 「コロナ禍におけるメンタルヘルス」

### 日時と会場

2021年7月4日（日）  
14：00～17：00  
zoomウェビナー  
（オンライン）

### 参加者数

183名

### 講座内容

講演では、梨谷竜也先生から、コロナ感染症パンデミックに伴うトラウマ反応について分かりやすく説明があり、「正しい情報を得る」「腹式呼吸」などストレス対処の方法について解説されました。

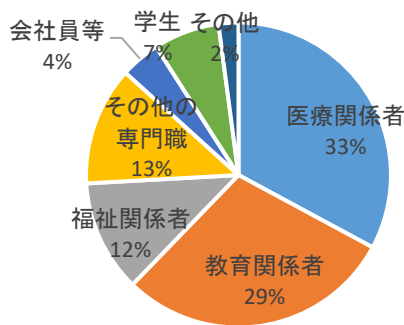
シンポジウムでは、子ども、高齢者、労働者、医療従事者など、臨床心理士が支援する様々な現場から、コロナ感染症の影響やメンタルヘルスを保つコツなどについて紹介しました。



梨谷竜也先生

また「経済的な困難がある方へのカウンセリング資源」「ICTスキルが十分でない人への支援体制」などについて、質疑応答を行いました。

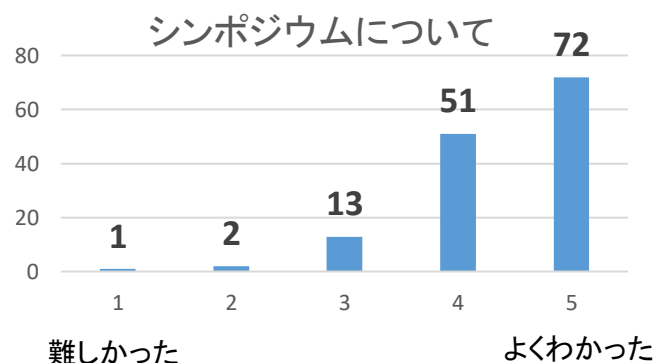
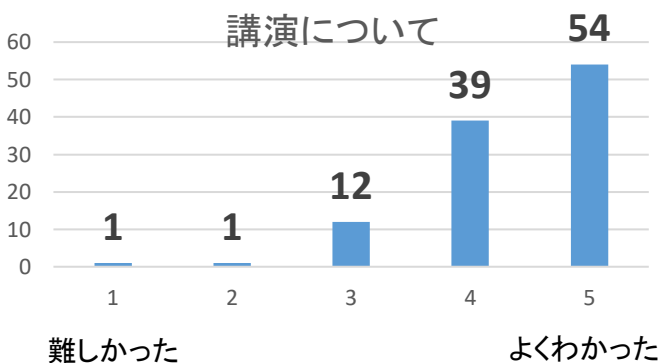
### アンケート結果



参加された方は、医療関係者が33%で最も多く、次いで教育関係（29%）の順でした。業務内容では、心理職の方が最も多く、75%でした。

講演の理解度について、ポジティブな回答（4または5）は合わせて83名（86.9%）でした。シンポジウムの理解度については、ポジティブな回答（4または5）は合わせて123名（88.4%）でした。

どちらもわかりやすく、理解できたと感じた方が9割近くと高く、公開講座の満足度は高いと思われました。



#### 「ご意見や感想（自由記述）」

- 一般向けの内容で分かりやすかった。実践に役立ちそうだ。
- 各分野の実践が聞けて勉強になった。心理士の活動を身近に感じた。
- 人との繋がり大切さを感じた。自分自身のストレスケアもしていきたい。
- オンラインなので参加しやすかった。視聴者への配慮が暖かった。こまめな休憩がありがたかった。
- もう少し時間が短い方がよい。

#### 「今後希望するテーマ等（自由記述）」

- 引き続きコロナ関連のテーマ（感染者の心理、クラスターの心理的対処、終息後のメンタルヘルスなど）
- がん緩和ケア、子供のトラウマ、ストレスマネジメントなど。

たくさんのご参加、アンケートにご協力いただきありがとうございました。  
（大阪府臨床心理士会第4回公開講座運営事務局）

