

【こころ】

	教材名	媒体写真	教材説明	在庫数
■タペストリー				
1	心の健康タペストリー（3種類） ①ストレスとは？うつ病とは？ ②あなたは大丈夫？うち病のサインに気付こう ③うつ病への対応～自分ができること		うつ病、自死の実態、ストレスチェックなどの啓発用タペストリーです。	1
2	パパ、眠れてる？		うつ病を中心とした啓発用パネルです。	1
3	認知症を予防しましょう [A1パネル]		認知症の予防等について説明したパネルです。	1
4	工夫しようストレスへの対応 [A1パネル]		ストレスを上手にコントロールする方法について説明したパネルです。	1
5	あなどれないストレス [A1パネル]		ストレスとは何かを知り、その対処法を身につけることが大切であることを説明したパネルです。	1
6	見逃さないで！うつ病のサイン [A1パネル]		うつ病を疑うサインについて説明したパネルです。	1

【こころ】

	教材名	媒体写真	教材説明	在庫数
7	うつを防ぐ生活習慣 [A1 パネル]		うつを防ぐ生活習慣について説明したパネルです。	1
8	快適な睡眠のために [A1 パネル]		睡眠の質を上げるための睡眠法について説明したパネルです。	1