

# ネット社会とメンタルヘルス

インターネットが身近になる中で、ネットを通じた新たな人間関係が拡大する時代が来ています。身近で普段から付き合いのある関係でのネット上でのやり取りは便利ですが、一方で、顔が見えない関係における付き合いが拡大していく中では、様々なトラブルも発生しているため、一定の注意が必要です。そこで、本講座では、ネット社会のコミュニケーションとメンタルヘルスにおいて、予測されるリスクを理解し、よりよい人間関係を築くためにどのような注意が必要かについて、参加者の皆様と学びを深めていきます。講座は4回シリーズで、うち3回はオンラインで開催します。1回は対面で開催予定です。



## オンライン

### ネットを安全に活用する技術

秋田大学情報統括センター 准教授 横山 洋之

秋田大学医学系研究科 保健学専攻 看護学講座 教授 米山 奈奈子

秋田大学医学系研究科 保健学専攻 看護学講座 助教 小原 育子



### リスクを予測し安全を確保する

横手ひまわり基金法律事務所 所長 弁護士 原田 いづみ

秋田大学医学系研究科 保健学専攻 看護学講座 教授 米山 奈奈子

秋田大学医学系研究科 保健学専攻 看護学講座 助教 小原 育子



### インターネット依存とは何か

秋田大学医学系研究科 保健学専攻 看護学講座 教授 米山 奈奈子

秋田大学医学系研究科 保健学専攻 看護学講座 助教 小原 育子



## 対面講義

### 感情理解と感情表現

～ネット上で感情とうまく付き合う方法～

秋田大学医学系研究科 保健学専攻 看護学講座 教授 米山 奈奈子

秋田大学医学系研究科 保健学専攻 看護学講座 助教 小原 育子



【時間】 ・第1回～第3回 | 8:00～19:30 ・第4回 | 13:30～15:00

【受講方法】 第1回～第3回：オンライン(定員：上限なし)

《Web会議システム「Zoom」による配信》

第4回：対面講義(定員：40名)

《会場：秋田大学保健学科棟アクティブラーニング室(C-205教室)》

【対象】 どなたでも 【受講料】 無料(要申込)

【申込方法】 本学ホームページ内「公開講座お申し込み」フォームにて受付

※ 個人情報の取扱いについて

この「公開講座お申し込み」フォームに記入された個人情報につきましては、本学が責任をもって管理し、公開講座に関する連絡以外には使用いたしません

【申込締切】 8月29日(木)



# ネット社会とメンタルヘルス

<p><b>第1回</b> 9月5日(木) 18:00～19:30</p> <p>秋田大学情報統括センター 准教授 横山 洋之 秋田大学医学系研究科 保健学専攻 看護学講座 教授 米山 奈奈子 助教 小原 育子</p>	<p><b>ネットを安全に活用する技術</b></p> <p>インターネットは便利なツールですが、最近では詐欺メールや犯罪などに巻き込まれる人が後を絶ちません。どのように安全と危険を見極めるか、その技術を獲得し、有効に活用できる方法を考えます。講師は本学で情報セキュリティを担当している横山先生です。</p>
<p><b>第2回</b> 9月12日(木) 18:00～19:30</p> <p>横手ひまわり基金法律事務所 所長 弁護士 原田 いづみ 秋田大学医学系研究科 保健学専攻 看護学講座 教授 米山 奈奈子 助教 小原 育子</p>	<p><b>リスクを予測し安全を確保する</b></p> <p>ネット上でのコミュニケーションに用心していても、思わぬ時にトラブルになってしまったり、あるいは悪意ある人物の攻撃にあってしまうことがあるかもしれません。そうした場合は、どのような対処方法が可能なのか、法的な可能性も含めて弁護士が解説します。</p>
<p><b>第3回</b> 9月26日(木) 18:00～19:30</p> <p>秋田大学医学系研究科 保健学専攻 看護学講座 教授 米山 奈奈子 助教 小原 育子</p>	<p><b>インターネット依存とは何か</b></p> <p>近年は、インターネット依存、インターネットを介したゲーム依存、SNS等への依存など、様々な依存問題が増加しています。海外の事例なども紹介しながらこうした問題への対処について解説します。</p>
<p><b>第4回</b> 9月28日(土) 13:30～15:00</p> <p>秋田大学医学系研究科 保健学専攻 看護学講座 教授 米山 奈奈子 助教 小原 育子</p>	<p><b>感情理解と感情表現 ～ネット上で感情とうまくつきあう方法～</b></p> <p>SNSやLINE、メールなどのコミュニケーションツールでは、感情をどのように表現するかが非常に重要です。絵文字やスタンプが共感を示すうえで手軽に使用される一方で、誤解やズレに起因する炎上が起こることも。そのため、ネット上ではない、リアルな人間関係やリアルな生活習慣の重要性が見直されています。ここでは、対面でロールプレイを行い、メンタルヘルスについて参加者の皆様とディスカッションします。</p>

<p><b>申込方法</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 本学ホームページ内の「公開講座お申し込み」フォームに必要事項を入力してください。</li> <li>● 申込締切後、受講に関する案内メールを (shakoken@jimu.akita-u.ac.jp) からお送りします。迷惑メール設定等の受信環境のご確認をお願いします。</li> </ul> <p>※ 個人情報の取扱について この「公開講座お申し込み」フォームに記入された個人情報につきましては、本学が責任をもって管理し、公開講座に関する連絡以外には使用いたしません。</p>	<p>「公開講座のお申し込み」 フォームはこちら</p> 
--------------------	--	--