

## ♡図書室メンタルヘルスの日イベント企画♡



**心理テスト&選択肢の投票をおこない  
自分の心理状態を覗いてみませんか？**



**10/10(火)は世界メンタルヘルスの日です。  
メンタルヘルスとは、こころの健康状態を意味します。  
近年、こころの病気は増えていて、  
生涯に5人に1人がこころの病気になるといわれています。  
今回図書室では、メンタルヘルスの日にちなみ、  
皆様にお気軽に楽しく参加していただけますよう  
心理テストと選択肢していただいた結果にシールを貼っていく  
選択肢の投票をおこないたいと思います。**

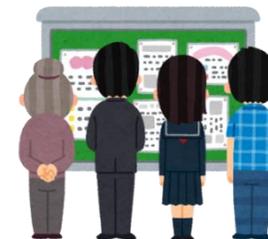
**自分自身も知らなかった意外な一面や考えが  
この心理テストで見えてくるかも知れません。  
ぜひお気軽に参加してみてください。**



# ♡メンタルヘルスの日企画参加方法♡

- ① 図書室前の廊下に掲示している、  
心理テストのお題をご覧ください。

※心理テストのお題は複数あります。



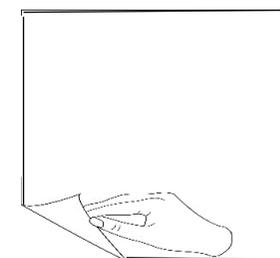
- ② お題の中の選択肢を選んでいただき、自分の考えに近い選択肢  
(選んだ選択肢)に**1枚**シールを添付する。

※質問ごとに1枚ずつ貼って下さい。(質問数は8問となります)



- ③ シールを貼っていただいた選択肢の一番を下をめくっていただくと、  
選択肢の心理テストの結果内容が記載されています。

※選んだ選択肢の結果をみましょう。



- ④ 他の項目の心理テストも是非参加してみてください。

※メンタルヘルスの日企画開催期間は  
10月1日～10月31日までです。

★参考図書:魔法の心理テスト・魔法の心理テスト(コミュニケーション編) 著:中嶋真澄  
心理クイズ2 著:ぽにーてーる