



## 東京産業保健総合支援センター研修案内(令和5年4月)

◇研修は当センターのホームページからお申し込みください。※利用者登録(無料)が必要です。

◇当センターが主催する研修は、すべて無料で受講できます。

◇研修は当センターの研修室で開催しています。会場が異なる場合は表記いたしますのでご注意ください。

〒102-0075 東京都千代田区三番町6-14 日本生命三番町ビル3F TEL:03-5211-4480 FAX:03-5211-4485

URL=https://www.tokyos.johas.go.jp

## ◆日医認定産業医研修◆ ※基礎研修は実施しておりません。認定証をお持ちの産業医の方が対象の研修です。

## ◆重要◆【日医認定産業医研修(令和5年4月開催分)の申込受付方法について】

日医認定産業医研修(令和5年4月開催分)は、先着順ではなく、抽選にて受講の可否を決定することといたしました。つきましては、下記の応募方法及び注意事項等をご了承の上、お申し込みください。

※令和5年3月開催分に当選した方も応募できますが、3月開催分に当選された以外の方を優先させていただきます。

## ◆応募方法および注意事項◆

- ① Googleフォームを用いた応募フォームです。応募時に以下の情報が必要となります。
  - ・メールアドレス ・当センターの利用者番号 ・氏名 ・認定産業医番号 ・所属医師会名(無所属の場合は非会員と入力) ・電話番号
- ② 応募受付期間は、**3月6日(月)10時～9日(木)10時**です。応募フォームのURLは、後日、当センターのホームページ(トップページのTOPICS)に掲載いたします。
- ③ **お一人様、月1回のみのお受講**です。応募できるのも**1回のみ**です。**2回以上応募した方は、落選といたします。**また、**認定産業医番号を7桁以外で入力された場合は、落選とさせていただきます。**応募内容を訂正したい場合は、次頁の◆【応募内容を訂正する場合】◆のようにお願いいたします。
- ④ 受講の可否は、応募受付期間終了後1週間以内に応募フォームに入力されたメールアドレスに通知いたします。以下のようにメールが届きますので、メールアドレスの入力誤りや受信拒否設定等がないようご注意ください。
 

step1 応募フォーム入力、送信 \*送信直後、送信した内容が応募フォームに入力したアドレスに届く

step2 応募受付期間終了後1週間以内に 当落のメールが応募フォームに入力したアドレスに届く

step3 **当選した方のみ**、研修開催1週間位前に「研修開催のお知らせ」メールが応募フォームに入力したアドレスに届く
- ⑤ 当選しても、マイページに反映しません。「予約済み」とはなりませんので、ご注意ください。
- ⑥ 抽選方法及び抽選結果に関するお問い合わせには対応いたしません。ご了承ください。
- ⑦ 応募方法についてお問い合わせの際は、まず次頁の「令和5年4月開催 認定産業医研修 応募に関するQ&A」をご確認いただきますようお願いいたします。

研修日時	研修テーマ	講師	単位	定員
4月12日(水) 14:00～16:00	職場復帰支援のあり方 職場復帰の問題は、職場で展開されるメンタルヘルス活動・メンタルヘルス管理の一環です。したがってメンタルヘルス活動の原理原則を明確化させ、あわせて各職場に即した復職判定のあり方について検討します。	大西 守	生涯・専門2	29
4月17日(月) 14:00～16:00	自律的な化学物質管理～リスク評価・対策と健康管理の有機的な連携～ 令和4年度の法令改正により、令和5年4月から段階的に化学物質の自律的管理が施行され、今後、健康診断も自律的に実施判断する場面が出てきます。当研修では、自律的管理におけるリスク評価、保護具を含めたリスク対策の概要を知り、健康管理との運動について考えます。	中原 浩彦	生涯・更新2	29

## ◆【応募内容を訂正する場合】◆

(ア) 再度、応募フォームにアクセスし、必須項目をすべて入力する。

※訂正後の内容を入力してください。

(イ) 応募フォーム一番下の ◇任意入力◇ 欄に(ア)で訂正した項目名を入力し、送信する。

※◇任意入力◇欄に訂正項目名が入力されている応募内容で抽選いたします。

内容訂正の応募が複数回あった場合は、最後に応募された内容で抽選いたします。

送信直後に届いたメールをチェックし、訂正後の内容になっているか確認してください。

〔例①・メールアドレスを訂正したい場合〕

〔例②・研修日を訂正したい場合〕

◇任意入力◇

すでに応募(送信)済の内容を訂正したい場合は、再度必須項目を入力の上、ここに「訂正した項目名(メールアドレス、研修日等)」を入力し、送信してください。

メールアドレス

◇任意入力◇

すでに応募(送信)済の内容を訂正したい場合は、再度必須項目を入力の上、ここに「訂正した項目名(メールアドレス、研修日等)」を入力し、送信してください。

研修日

## 令和5年4月開催 認定産業医研修 応募に関するQ&A

Q1 利用者番号やパスワードが分からない。

A1 抽選の応募には「パスワード」は必要ありません。利用者番号が分からない方は、ホームページのマイページログイン画面からお問い合わせください。 <https://www.tokyos.johas.go.jp/sys/mypage/login.php?c=1>

Q2 応募フォームを送信したが、送信直後に届くはずのメールが届かない。

A2 以下の理由が考えられます。

- ・迷惑メール扱いになっている。(迷惑メールフォルダを確認してください。)
- ・「@google.com」ドメインからのメールを受信拒否している。(受信できるように設定し、再度、応募フォームから必須項目を入力、◇任意入力◇欄に「受信拒否解除」と入力して送信してください。)
- ・入力したメールアドレスが間違っている。(再度、応募フォームから正しいメールアドレス、その他必須項目を入力、◇任意入力◇欄に「メールアドレス」と入力して送信してください。※上記の◆【応募内容を訂正する場合】◆参照)

なお、抽選結果のメールは、3月16日までに「@tokyos.johas.go.jp」ドメインから送信いたします。

Q3 研修日が異なっていれば、2回以上応募しても良いか。

A3 応募できるのは1回のみです。応募内容訂正以外で2回以上応募された方は、落選といたします。応募済の内容を訂正する場合は、上記の◆【応募内容を訂正する場合】◆に則って再度応募してください。

Q4 3月開催の研修に当選したが、4月開催の研修に応募しても良いか。

A4 応募はできますが、3月開催分に当選された以外の方を優先させていただきます。

Q5 5月開催以降の研修も抽選で受講者を決めるのか。

A5 現時点では5月開催以降の研修に関する受付方法(先着順or抽選等)は未定です。

5月開催分の受付方法は、3月末に配信するメールマガジンやホームページでお知らせいたします。

◆産業保健研修◆ 産業看護職・衛生管理者・人事労務担当者等産業保健スタッフを対象とした研修です。

※単位等の取得はできません。

●産業保健研修の申込受付開始は、すべて**3月13日(月)10時～**です。

研修日時	研修テーマ	講師	定員
4月19日(水) 14:00～16:00	<p><b>第14次防労働災害防止計画の概要と重点</b></p> <p>新しい労働災害防止計画が、令和5年度からの5か年計画として始まります。労働災害防止計画は、労働安全衛生法に基づき厚生労働大臣が策定するものであり、国、事業者、労働者等の関係者が目指す目標や重点的に取り組むべき事項を定めています。重点事項として、安全衛生対策に取り組む企業が社会的に評価される環境整備、筋力等を維持するための運動プログラムの導入を含めた転倒災害・腰痛の防止対策の推進、高齢労働者の労働災害防止対策の推進、メンタルヘルス対策・過重労働対策・産業保健活動の推進、化学物質の自律的管理の推進などが定められています。この計画の概要と重点について解説します。</p>	荒川 輝雄	29
4月21日(金) 14:00～16:00	<p><b>働く人の健康づくりは日常生活の動作改善から～「転倒防止」「腰痛・肩こり予防」～</b></p> <p>働く人の身体機能低下による「腰痛」「肩こり」の慢性化、「転倒」などの労働災害が増加しています。この講習会では、関節などにふれながら骨、筋肉、関節を連動して動かす「骨ストレッチ」を紹介していきます。骨ストレッチを行うと、日常生活の動作の筋肉への負担が減り、楽に動けるようになるので「腰痛」「肩こり」などの予防になります。また、骨・筋肉・関節が連動して動くので脚も上がりやすくなり、「転倒」災害の防止につながります。実技を交えながらの講習会ですが、普段着で年齢に関係なく、誰でもその場で簡単に実施できます。また、職場で無理なく展開できる方法について紹介しますので、この機会に体験していただき職場の健康づくりに役立てていただきたいと思います。</p> <p><b>◆重要◆マスク着用で体を動かしますので、水分補給のため、飲み物をご持参ください。</b></p>	スポーツケア 整体研究所(株) 小沼 博子	29
4月25日(火) 14:00～16:00	<p><b>新型うつ、適応障害、発達障害、いわゆる「グレーゾーン」とどうつきあうか、育て直しの職場コミュニケーションを考える</b></p> <p>新型うつ、適応障害、発達障害など職場の不適応は軽症化するものの多様化が進んでいる。診断がつくほどではないが(弱い疾病性)、症状が隠れていて本人も周囲も気づきにくい困っている(強い事例性)ケースに職場はどうつきあっていけばいいのか。コミュニケーションの取り方を変えて「育て直し」していくことを考えていきます。(研修の内容は前回開催(令和4年11月22日)と同内容です。)</p>	廣川 進	29
4月26日(水) 14:00～16:00	<p><b>がん等の両立支援、職場復帰支援の体制はいかがでしょうか～事例に基づき、持続する働きのできる支援体制を考えていきましょう～</b></p> <p>がん等に罹患した労働者を健康面、人事面からしっかりサポートして治療と仕事の両立支援を図ることは、本人にとっても会社にとっても大変有意義な取り組みです。今後、自社での対応を、組織的に実践していくためにも、治療と仕事の両立支援を一緒に考えていきましょう。また、慢性疾患等に対しても同様、安心して治療できる、復帰できる職場環境等の調整が必要であることは周知のとおりです。実践例から、持てる力が少しでも輝けるよう、自己達成感につながるよう、職場の理解を求める職場復帰支援、“その人らしい働き方”を認める体制づくりをしていきましょう。</p>	菅野 由喜子	29
4月27日(木) 14:00～16:00	<p><b>労働安全衛生管理基礎講座①</b></p> <p>「労働安全衛生法」の中で 労働者の健康管理(衛生管理)に関連する条文は数多くあります。実際には、「労働安全衛生法」だけでなく「労働安全衛生規則」をはじめとした諸規則の理解も必要になります。本講座ではテキストに当センター発行「令和4年度版労働衛生のハンドブック」を使用し、法令に基づく労働衛生管理の基礎について4回に分けてわかりやすく解説します。また労働衛生に関する最新の動向もご紹介します。今回はその1回目です。労働安全衛生法とは？その中には何が書かれているのか？など労働安全衛生法及び関係する諸規則等の全般について解説します。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・2回目は、安全衛生管理体制、健康診断等健康管理等</li> <li>・3回目は、心と身体の健康づくり(メンタルヘルス、過重労働による健康障害防止対策を含む)、職業性疾病等</li> <li>・4回目は、快適職場、作業環境測定等の他、過重労働による健康障害防止対策にとって重要な労働基準法(労働時間管理関係)を予定しています。</li> </ul> <p>本講座は令和4年度に実施した同名の講座と同様の内容となっておりますが、令和4年に改正された法令等については改正後の法令に基づき解説します。なお、「令和4年度版労働衛生のハンドブック」をお持ちの方はご持参ください(お持ちでない方は当日差上げます)。</p>	中山 篤	29