



東京産業保健総合支援センター研修案内(令和5年9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。

◆注意◆

令和2年10月開催分から「日医認定産業医研修」の受付方法を変更しております。

お1人様、月1回のみのお受講となっておりますので、必ず当センターホームページに掲載してある【「日医認定産業医研修会」の受付方法の変更について】(令和5年5月31日から一部変更)をご覧ください、ご了承の上、お申し込みください。

先着順です。(抽選ではありません。)

日医認定産業医研修(令和5年9月開催分) 申込受付日時 早見表

申込受付日時		研修日時		研修テーマ	単位
8月2日(水)	10時～	9月1日(金)	14時～16時	職場のアルコール問題の解決	実地2
	10時30分～	9月5日(火)	14時～16時	職場の感染症対策	専門2
8月3日(木)	10時～	9月13日(水)	14時～16時	産業保健のメンタルヘルス	専門2
	10時30分～	9月25日(月)	14時～16時	職場復帰支援のあり方	専門2
8月4日(金)	10時～	9月28日(木)	14時～16時	事例検討～産業医としてどう対応するか～	実地2

研修日時	研修テーマ	講師	単位	定員
9月1日(金) 14:00～16:00 申込受付日時 8月2日(水) 10時～	職場のアルコール問題の解決 職場の10人に1人はアルコール問題を抱えていると言われており、その多くは健康診断の事後措置で産業医の前に現れます。 講義の前半は職場のアルコール問題を概観しスクリーニングテスト(AUDIT)の使い方学びます。後半はシナリオを使ったロールプレイで面接場面を再現し、プリーフインターベンションの技法を学びます。	㈱ジャパンEAPシステムズ取締役・顧問医 米沢 宏	生涯・実地2	50
9月5日(火) 14:00～16:00 申込受付日時 8月2日(水) 10時30分～	職場の感染症対策 産業医の業務として職場の感染症対策の重要性が増しています。これには季節性インフルエンザなど日常的に発生する感染症だけでなく、現在流行中の新型コロナウイルス感染症についても十分な対策を構築しておく必要があります。本研修では国内の職場や海外派遣労働者にリスクのある感染症対策の最新情報を解説します。	濱田 篤郎	生涯・専門2	55
9月13日(水) 14:00～16:00 申込受付日時 8月3日(木) 10時～	産業保健のメンタルヘルス 産業医活動におけるメンタルヘルス対策に取り組む比重はさらに大きくなってきていますが、その成果をどのように評価したらよいのでしょうか。テレワークなど新しい働き方に関するメンタルヘルスについても概説します。	小島原 典子	生涯・専門2	55
9月25日(月) 14:00～16:00 申込受付日時 8月3日(木) 10時30分～	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	55
9月28日(木) 14:00～16:00 申込受付日時 8月4日(金) 10時～	事例検討～産業医としてどう対応するか～ 職場で直面する健康管理上の問題事例を取り上げ産業医としてどのように考え、どう対応するのが望ましいのか、一緒に考えていきたいと思います。	内田 和彦	生涯・実地2	50

◆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8月1日(火)10時～です。

<会場研修>

研修日時	研修テーマ	講師	定員
9月6日(水) 14:00～16:00	メンタルヘルス対策としてのパワーハラスメント対策 「職場のいじめ・嫌がらせ」行為は職場の秩序を乱し、労働者の勤労意欲の阻害や生産性の低下をもたらし、さらに労働者のメンタル不調の原因となるなど、様々な影響を及ぼします。ハラスメント対策を中心としたメンタルヘルス対策をポジティブに展開し、企業イメージの向上、社員のモチベーションアップ、離職率の低下、生産性の向上などにつなげられるよう、具体的な対策・防止措置を考えていきたいと思ひます。	産業カウンセラー 森井 梢江	55
9月7日(木) 14:00～16:00	ストレスチェック制度の概要等と実践例として ～高ストレス者面談後の一事例、ある集団分析の見方について～ ストレスチェック制度は、平成27年12月1日に施行され、7回の実施が過ぎました。いかがでしょうか。受検者の方々の「ストレスの気づき」につながっていますでしょうか。実施方法としては、厚生労働省のプログラム活用、専門実施機関への委託など、多様化に伴い、チェック項目数、費用も含め、考えさせられるところが多々あるのではないのでしょうか。今回、実施後の高ストレス者面談実施後の一例、ある集団分析の見方などお伝えし、皆さんと意見交換ができればなお有難いです。ストレスチェック実施はとて素晴らしい機会、可視化できる心の健康診断とも言えます。働きやすい職場づくりに向けてご一緒に学習していきましょう。	菅野 由喜子	55
9月8日(金) 14:00～16:00	「職場における心の健康づくり計画」策定について 職場や業務に対して悩みやストレスを抱える社会人は、近年増加傾向にあります。厚生労働省の調査によると、強いストレス要因を持つ労働者の割合は、全体の58%にのぼります(平成30年)。この数値からもメンタルヘルス対策の取り組みは、事業場にとって喫緊の課題の一つと言っても過言ではありません。そこで、厚生労働省では、メンタルヘルス基本方針として、事業場に対して「心の健康づくり計画」の策定を指示しています。当研修では、その「心の健康づくり計画」の策定方法、ポイント等を解説します。	本山社会保険労務士/行政書士 事務所所長 本山 恭子	55
9月11日(月) 14:00～16:00	メンタルヘルス『社内研修の進め方』～セルフケア～ 「心の健康づくり計画」にあたって4つのケアを中心に策定されており、社内研修はその理解を深める教育・情報提供の場となります。加えて最近4つのケアの円滑な相互の「連携」をすすめていくことが必要とされています。ここ数年のcovid-19の影響もあり、セルフケアの必要性が再認識されています。今回はアンガーマネジメントも含めて、有効なメンタルマネジメント方法を解説します。事業所に戻れば社内研修の実施者となる参加者の方々とともに、関心、興味を集める社内研修の進め方についてご一緒に考えていきたいと思ひます。	松井 知子	55
9月15日(金) 14:00～16:00	部下やメンタルヘルス不調者とのコミュニケーションⅡ 援助になるかわり方について振り返り、学んでいきます。 Ⅰ(令和3年度実施)での研修内容に加えて、メンタルヘルス不調の部下を抱えた上司の支援について考えます。 (令和4年7月29日、令和5年3月10日の研修と同じ内容です。)	松島 尚子	29
9月20日(水) 14:00～16:00	第14次労働災害防止計画の概要と重点 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。	荒川 輝雄	55
9月21日(木) 14:00～16:00	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」～ 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ひます。 ◆重要◆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	スポーツケア整体研究所(株) 小沼 博子	29

<p>9月22日(金) 14:00～16:00</p>	<p>労働衛生管理の基礎と事例～企業の安全配慮義務違反をリスクと捉えた快適職場環境の形成について～</p> <p>基礎と事例シリーズは受講者の皆様からのアンケートに基づきテーマを設定しています。今回は、二部構成で実施します。 第一部でテーマの法律面・現場の実務面の説明をします。 第二部で各企業における「企業の安全配慮義務違反をリスクと捉えた快適職場環境の形成」について「知る、聞く、話す」を基に簡単なセッション(グループワーク)を行います。</p>	<p>吉田 守</p>	<p>55</p>
<p>9月26日(火) 14:00～16:00</p>	<p>すすめよう職場のスマート禁煙！</p> <p>職場の禁煙化は、法律や条例、ガイドラインでも示された労働衛生上の重要課題の一つです。本研修会は、研究成果を基に作成した科学的根拠に基づく「効果的な職場の受動喫煙対策の推進方法」を提案しております。 令和14年度には、望まない受動喫煙のない社会の実現が国の目標です。 まずは、その推進方法を知ることからはじめてみませんか？ ◆注意◆ 現在、禁煙化されていない(屋内に喫煙室・喫煙コーナーあり)事業場の関係者を対象とします。</p>	<p>斎藤 照代</p>	<p>55</p>
<p>9月27日(水) 14:00～16:00</p>	<p>知っておくと便利な自前で出来る社内研修のツール～コミュニケーション研修の進め方～</p> <p>研修の計画・実施担当者は、研修にはどんな業務が発生するのか、何から手をつけたら良いかに苦勞してられると思います。 研修には実施の目的や考え方がるため、計画を立てる前に、まずは業務の全体像を把握することが大切です。 本研修ではコミュニケーション研修内容や研修方法、カリキュラム計画について話します。</p>	<p>森崎 美奈子</p>	<p>55</p>