

東京産業保健総合支援センター研修案内(令和7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◆

令和7年4月以降の認定産業医研修会のお申し込みは現在準備中です。しばらくお待ちください。

◆お知らせ◆

- ・令和7年4月以降の認定産業医研修会をお申し込みされる産業医の方は医師会会員情報システム(MAMIS(マミス))の登録が必須となります。
- ・令和7年4月以降の単位付与はMAMISにより行います。(単位シールの現物配付は禁止となります。)
- ・MAMIS対応のため、ホームページの改修を行います。改修終了後に認定産業医研修会のお申し込みを開始しますので、しばらくお待ちください。
- ・詳しくは当センターホームページ [TOPICS 2025年2月25日【重要】令和7年4月以降開催認定産業医の研修について](#) をご覧ください。

◆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3日(月)10時～**です。

〈web研修〉 ◆当センターホームページの「[web研修会受講の注意事項及び受講手順](#)」を必ずご覧の上、
お申し込みください◆

研修日時	研修テーマ	講師	定員
4月16日(水) 14:00～16:00	【web研修会】 メンタルヘルス対策と心の健康づくり計画作成のポイント 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、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 特定社会保険労務士・ 行政書士・公認心理師 本山 恭子	70

〈会場研修〉

研修日時	研修テーマ	講師	定員
4月10日(木) 14:00～16:00	労働安全衛生管理基礎講座① 「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6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いたします。 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。 2回目(5月27日予定)は、安全衛生管理体制、健康診断等健康管理等 3回目(6月19日予定)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 4回目(7月24日予定)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。 本講座は令和6年度に実施した同名の講座と同様の内容となっていますが、令和6年以降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6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)。	中山 篤	55

<p>4月15日(火) 14:00～16:00</p>	<p>治療と仕事の両立支援～がんの両立支援の現状から、治療の継続の意味を考え、大いに活用、生きよう！～</p> <p>生涯のうち、2人に1人はがんになり患するとよく言われています。もし、ご自身が精査の結果、診断をうけたらどうでしょうか。「まさか自分が…」「仕事は続けられるのかな…」「やはり辞めるしかない…」と、時に真っ白になるかも知れません。ポジティブに捉えるイメージよりネガティブなイメージが多く浮かんでくるかもしれません。</p> <p>“まずは辞めないで治療しよう！”このことを多くの働く職員の皆さんにインプットされることが大事なことでしょう。不安も、怖さもありますが、やはり向き合っていける、何とかかなというイメージを伝えていきたいところです。</p> <p>事例を通して産業保健スタッフ等の大きな力となるための知識、気持ち、普段からのコミュニケーションを大事にする風土を作っていけるといいですね。そんな学びを一緒に考えていきましょう。</p>	<p>労働者健康安全機構産業保健 アドバイザー 公認心理師 菅野 由喜子</p>	<p>55</p>
<p>4月17日(木) 14:00～16:00</p>	<p>元気な職場づくりにつなげるメンタルヘルス活動～対応事例～</p> <p>大手印刷会社で20年以上メンタルヘルス対策に携わった経験を基に、元気な職場づくりにつなげるメンタルヘルス活動の一例を紹介いたします。そして、メンタルヘルス活動に携わっている担当者にとってメンタル不調者の休職中の対応から復職支援について、対応事例によるグループワークから対応方法を共有していただきます。</p> <p>また、ストレスによる腰痛、頭痛を予防する簡単にできる運動方法(骨ストレッチ)も紹介します。</p>	<p>中災防安全衛生エキスパート スポーツケア整体研究所(株) 小沼 博子</p>	<p>55</p>
<p>4月18日(金) 14:00～16:00</p>	<p>セルフケア支援にまつわるエトセトラ ～実践とセルフケア支援のツボとコツとを結ぶ～</p> <p>日頃の実践をセルフケアやセルフケア支援の視点からふり返ります。</p> <p>両立支援におけるかかわり方にも通じる内容となっております。</p>	<p>松島 尚子</p>	<p>29</p>
<p>4月22日(火) 14:00～16:00</p>	<p>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</p> <p>新型うつ、適応障害、発達障害など職場の不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のが困っている(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。</p> <p>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。</p>	<p>廣川 進</p>	<p>55</p>
<p>4月23日(水) 14:00～16:00</p>	<p>高齢労働者の安全衛生対策の進め方～エイジフレンドリーガイドラインとフレイル、ロコモ～</p> <p>休業4日以上の死傷者数のうち50歳以上の高齢労働者が半数以上を占めています。</p> <p>高齢者の身体機能は壮年者と比較すると低下しており、高齢になるほど転倒災害の発生率が高くなることに影響していると考えられています。</p> <p>また、定期健康診断における有所見率は高齢になると高くなっています。</p> <p>厚生労働省は、「高齢労働者の安全と健康確保のためのガイドライン(エイジフレンドリーガイドライン)」を公表しています。</p> <p>最近では、転倒を予防するために、フレイル、ロコモーションシンドローム(ロコモ)予防を意識した健康づくり活動が重要視されてきています。</p> <p>これらの要点と留意事項を説明します。</p>	<p>荒川 輝雄</p>	<p>55</p>