

# 平成29年度 産業保健セミナー開催予定

群馬産業保健総合支援センター

群馬産業保健総合支援センターでは、平成29年度の産業保健に関するセミナーを次のとおり実施します。

**\*原則として、全ての研修にどの職種の方もご参加いただけます。**

**\*原則として、事前申し込みが必要です。**

**\*会場が変更となることもありますので、事前にご確認ください。**

**\*参加費用は、原則無料です。**

## < 産業医研修 >

定員:40名

**\*群馬県医師会会員証をお持ちの方はご持参下さい。**

**\*定員に達しなければ、産業医以外の方でも参加できます。**

番号	開催日時	テーマ・内容	講師	単位	開催場所
D-1	6月7日(水) 14:00～16:00	『職場の喫煙対策について ～受動喫煙防止対策への取り組み～』 労働安全衛生法の改正により平成27年6月1日から、職場の受動喫煙防止対策は事業者の努力義務となりました。企業の財産「人」を守るためには、「受動喫煙のない職場」は重要です。 企業としてどのような対応が必要なのか。また、どのような対策を行えばいいのか、実例等を交えながらお話しいたします。	衛生工学担当 大澤武克相談員	生涯 専門 2	ヤマダグリーン ドーム前橋 1階104会議室
D-2	6月8日(木) 14:00～16:00	『熱中症の予防と対策 ～作業環境管理と作業管理～』 熱中症は「第12次労働災害防止計画」の重点項目にも取り上げられています。 本格的な暑さを迎える前に予防の基本を再確認し、対処法および作業環境管理と作業管理を学びましょう。	小澤光男 労働衛生工学専門員	生涯 専門 2	ヤマダグリーン ドーム前橋 1階104会議室
D-3	6月14日(水) 14:00～16:00	『健康診断の事後措置』 健康診断は以前は職業病の早期発見や高血圧、肺結核の診断が主な目的でした。最近はメタボ健診といわれる様に生活習慣病の予防に重点がおかれています。また、メンタルヘルスにも注意が払われるようになっています。これらのことは一人ひとり条件も異なり、健康診断後の各個人の事後処置が大切となります。	産業医学担当 原島浩一相談員	生涯 専門 2	群馬県生涯 学習センター 3階視聴覚室
D-4	6月15日(木) 14:00～16:00	『産業医活動のために必要な 労働衛生法規の知識』 産業保健活動を行っていく上で基本となるのは労働安全衛生法です。 本研修では、安全衛生活動の基本となる労働安全衛生法の中で産業医の先生方が産業保健活動を行っていく上で必要な項目についてお話しいたします。	関係法令担当 寺村裕司相談員	生涯 更新 2	ヤマダグリーン ドーム前橋 1階104会議室
D-5	6月28日(水) 14:00～16:00	『事業場における治療と職業生活の両立支援 について～がんの治療と就労の両立支援～』 2016年2月『事業場における治療と職業生活の両立支援のためのガイドライン』が策定されました。 同ガイドラインでは、職場における意識啓発のための研修や治療と職業生活を両立しやすい制度(休暇・勤務等)の導入や体制等の環境整備、治療と職業生活の両立支援の進め方に加え、特に「ガン」について留意すべき事項をとりまとめています。 本研修では「がんの治療と就労の両立支援」について、ガイドラインを中心に企業としてどのように取り組んでいけばいいのか、お話しいたします。	カウンセリング・ 保健指導担当 鈴木浄美相談員	生涯 専門 2	ヤマダグリーン ドーム前橋 1階104会議室

D-6	6月29日(木) 14:00～16:00	<p>『ストレスチェック制度について ～初年度を終えての問題点等～』</p> <p>平成27年12月1日から労働者数50人以上の事業所に対して実施することが義務付けられた“ストレスチェック制度”。難解な制度であったこと、実施期限が設けられていたため、初年度は制度内容をよく理解しないまま実施された事業所も少なくないかと思えます。本研修では、初年度を終えての問題点等についてお話するとともに、今後の“ストレスチェック制度”を有意義なものとしていくために、制度の再確認を行いたいと思えます。</p>	産業医学担当 藤田晴康相談員	生涯 専門 2	群馬県生涯 学習センター 4階第1研修室
D-7	7月 6日(木) 14:00～16:00	<p>『メンタルヘルスケアの有効性 ～企業が取り組むべき対策とその有効性～』</p> <p>メンタルヘルス対策への取組は企業にとっての課題となっています。今年度が最終年度となる第12次労働災害防止計画においては「メンタルヘルス対策を行う企業を80%にする」との目標が掲げられています。しかし、どのように取組んだらよいのか、また、取組み始めてみたがよく分からないという声も少なくありません。本研修では、労働者、管理監督者が行うセルフケア、ラインケアの基本をグループワークによる実習を交えながら学んでもらい、リスク管理の観点からメンタルヘルスケアの有効性について考えてみたいと思えます。</p>	カウンセリング担当 菊池智子相談員	生涯 専門 2	ヤマダグリーン ドーム前橋 1階104会議室
D-8	7月26日(水) 14:00～16:00	<p>『簡易測定器を利用した作業環境管理について ～濃度測定から騒音・照度等の測定まで～』</p> <p>労働衛生管理を行っていく上で職場の作業環境の状態を把握することは重要です。環境改善を行う上でも感覚的ではなく数字的に捉えておく必要があります。本研修では、適切な作業環境管理や環境改善を行う上で有効となる簡易測定器の使い方について実習します。 *実習については当センターが保有している検知管・騒音計・照度計・風速計等での環境測定を予定しています。</p>	阿部一浩 労働衛生工学専門員	生涯 実地 2	ヤマダグリーン ドーム前橋 1階104会議室
D-9	8月30日(水) 14:00～16:00 ※時間厳守	<p>『職場巡視について』(実地研修)</p> <p>産業医として職場巡視を行う上でどのような点に注意すればよいか、実際に職場巡視をしていただきます。 *定員20名(定員になり次第締め切ります) *必ず事前申込みをしてください (参加者名簿を受入れ先に提出します)</p>	群馬産業保健 総合支援センター 所長 真下延男	生涯 実地 2	株式会社ベンカン MJ工場 (太田市六千石町5-1)
D-10	9月 7日(木) 14:00～16:00	<p>『産業医のための歯科保健』</p> <p>事業場での歯科健診は重要です。「成人歯科健診」と「産業歯科健診」の違いと、産業歯科医による歯科健診を行わなければならない職場を職業性口腔疾患と共に説明します。また歯周病が全身に与える影響を解説します。</p>	産業医学担当 山口達雄相談員	生涯 専門 2	群馬県生涯 学習センター 4階第1研修室
D-11	9月14日(木) 14:00～16:00	<p>『睡眠について考える』</p> <p>よく眠れずに困っているビジネスパーソンが増えていきます。あなたはよく眠れていますか？最近「睡眠負債」という言葉を耳にします。これは、毎日1～2時間の寝不足が借金のように積み重なり、やがて“債務超過”に陥ると、がん、認知症などをはじめとする重大な疾病を発症させるといふものです。睡眠不足はヒューマンエラーの原因になるだけでなく、肥満や糖尿病のような生活習慣病、ストレスが溜まりうつ症状につながることもあります。不眠症や睡眠時無呼吸症候群に限らず、職場ではさまざまな睡眠障害の事例が認められます。健康管理という視点にとどまらず、産業保健の立場から「質の高い睡眠」の重要性について考えてみたいと思えます。</p>	産業医学担当 中村保子相談員	生涯 専門 2	群馬県生涯学習 センター 4階第1研修室

D-12	9月21日(木) 14:00～16:00	<p>『最近の労働衛生関係法令の動向』</p> <p>平成29年度が最終年度となる「第12次労働災害防止計画」を中心に、最近の関係法令の改正や新しい通達等について分かりやすく説明します。</p> <p>また、産業医として知っておくべき関係法令についてお話しします。</p>	群馬労働局 担当官	生涯更新 2	群馬県生涯学習センター 4階第1研修室
D-13	10月19日(木) 14:00～16:00	<p>『職場における災害時のこころのケア』</p> <p>事故やトラブルは起きないにこした事はありませんが、気を付けていても起きてしまいます。</p> <p>そんな時の事後の対応、当事者やその場に居合わせた方のケアについてメンタルヘルスの視点から考えてみたいと思います</p>	カウンセリング担当 菊池智子相談員	生涯専門 2	ヤマダグリーン ドーム前橋 1階104会議室
D-14	11月2日(木) 14:00～16:00	<p>『働く女性の健康管理』</p> <p>高齢化による働き手不足および平成28年4月1日に施行された女性活躍推進法により、企業にとって女性労働者の存在は欠かせないものになっており、「女性が健康で働き続けること」を視野に入れ、職域での健康管理を展開することが望まれています。</p> <p>現在、労働基準法における母性保護規定や女性労働基準規則等により、女性労働者の健康管理について規定されています。</p> <p>「女性が健康で働き続ける」ためには、母性としての機能にとどまらず、女性固有の身体リズムに伴う健康障害について広くとらえていく必要があります。</p> <p>本研修では、企業として女性労働者の健康管理について、どう取り組んでいけばいいのかについてお話いたします。</p>	株式会社ミツバ 専属産業医 瀧上知恵子氏	生涯専門 2	群馬県生涯学習センター 4階第1研修室
D-15	11月9日(木) 14:00～15:30 ※時間厳守	<p>『職場巡視について』(実地研修)</p> <p>産業医として職場巡視を行う上でどのような点に注意すればよいか、実際に職場巡視をしていただきます。</p> <p><b>*定員20名(定員になり次第締め切ります)</b> <b>*必ず事前申込みをしてください</b> <b>(参加者名簿を受入れ先に提出します)</b></p>	群馬産業保健 総合支援センター 所長 真下延男	生涯実地 1.5	太陽誘電株式会社 玉村工場 (佐波郡玉村町川井 1796-1)
D-16	11月29日(水) 14:00～16:00	<p>『過重労働防止対策について ～面接指導体制の確立と過労死等防止対策～』</p> <p>長時間にわたる過重な労働は、疲労の蓄積をもたらす重要な要因と考えられ、脳・心臓疾患の発症との関連性が強いとの医学的知見が得られています。また、最近ではメンタルヘルス不調を発症する要因とも言われています。</p> <p>働くことにより、労働者が健康を損なうようなことがあつてはならず、労働者に疲労の蓄積を生じさせないようにするため、労働者の健康管理に係る措置を適切にすることが重要です。</p> <p>平成26年11月に「過労死防止対策推進法」が施行され、毎年11月は「過労死等防止啓発月間」となっています。</p> <p>本研修では、過重労働の防止対策を進めて行く上で、面接指導体制等の確立の重要性についてお話します。</p>	産業医学担当 藤田晴康相談員	生涯専門 2	群馬県生涯学習センター 4階第1研修室
D-17	2月22日(木) 14:00～16:00	<p>『有害業務の管理について ～作業環境測定と特殊健康診断～』</p> <p>「粉じん作業」「有機溶剤取扱作業」「重量物取扱作業」等の有害業務については、労働安全衛生法により作業方法や作業環境管理を適切に行い、労働者の健康を保持することが求められています。</p> <p>本研修では、作業環境管理として現状把握と環境改善のために行う作業環境測定と特殊健康診断についてお話します。</p>	衛生工学担当 小川純一相談員	生涯専門 2	群馬県生涯学習センター 4階第1研修室

D-18	2月28日(水) 14:00～16:00	『ストレスチェック制度について ～面接指導の進め方と面接を 希望しない者への対応～』 平成27年12月1日から労働者数50人以上の事業所に対して実施することが義務付けられた“ストレスチェック制度”。制度導入から2年が経過し、様々な問題点も見えてきたようです。 厚生労働省より発表された初年度の実施状況を見ると、実施率は80%となっておりますが、面接指導希望者が0.6%と1%に満たない状況になっておりました。 本研修では、初年度の状況を踏まえ希望者の少なかった面接指導についての進め方と面接を希望しなかった者への対応についてお話しします。また、今後の“ストレスチェック制度”を有意義なものとしていくために、どうしていくべきか考えたいと思います。	産業医学担当 原島浩一相談員	生涯 専門 2	群馬県生涯学習 センター 4階第1研修室
D-19	3月1日(木) 14:00～16:00	『労働衛生行政における 健康確保対策の現状と方向性について』 労働者の健康保持確保のために労働安全衛生法において規定されている健康診断の実施や事後措置、ストレスチェック制度をはじめとするメンタルヘルス対策への取り組み、過労死防止対策への取り組み等の健康確保対策の現状と方向性についてお話しいたします。また、平成30年度より新たに始まる『第13次労働災害防止計画』についてもお話しいたします。	群馬労働局 担当官	生涯 更新 2	群馬県生涯学習 センター 4階第1研修室

### ＜メンタルヘルス対策セミナー＞

番号	開催日時	テーマ・内容	講師	人数	開催場所
E-1	4月26日(水) 14:00～16:00	『アンガーマネジメント ～「怒り」の感情との上手な付き合い方～』 人間の感情の中でも「怒り」はなかなかやっかいです。抑えてばかりいると時に爆発してしまいます。又、相手に怒りをぶつけられるとどうしてよいかわからず、心が委縮してしまいます。イライラしたり、怒ったりしていると自分も疲れるし、人間関係にも良くない影響が生じます。つまり、怒りの感情と上手に付き合い、コントロールすることができれば、良好な人間関係を築くことが可能です。 本研修で、職場でも様々な場面で生じる「怒り」の感情どうまく向き合うすべを学びましょう。	カウンセリング・ 保健指導担当 鈴木浄美相談員	20名	群馬メディカル センター 2階セミナー室
E-4	5月11日(木) 14:00～16:00	『ストレスチェック制度について ～準備から実施まで～』 平成27年12月1日から労働者数50人以上の事業所に対して実施することが義務付けられた“ストレスチェック制度”、初年度は平成28年11月末までにチェックを実施することと期限が設けられていたため、期限に迫られ内容をよく理解しないまま駆け込みで実施された事業所も少なくないかと思えます。 本研修では、今後の“ストレスチェック制度”を有意義なものとしていくために、制度の再確認を行いたいと思えます。	カウンセリング担当 大小原利信相談員	20名	群馬メディカル センター 2階セミナー室
N-1	6月13日(火) 14:00～16:00	『メンタルヘルス対策の基礎研修① ～産業保健スタッフとしての基礎知識～』 メンタルヘルス対策への取組は企業にとって大きな課題となっております。今年度が最終年度となる第12次労働災害防止計画においては「メンタルヘルス対策を行う企業を80%にする」との目標が掲げられています。しかし、どのように取組んだらよいのか、また、取組み始めてみたがよく分からないという声も少なくありません。 本研修では、企業内においてメンタルヘルス対策を推進していく立場にある、産業保健スタッフや人事労務担当者を対象にグループワークによる実習を交えながら「企業が取り組むべきメンタルヘルス対策には何が必要なのか？」学んでもらいます。 第1回は、労災申請状況や第12次労働災害防止計画の重点施策等メンタルヘルスの現状把握と「心の健康づくり計画」、メンタルヘルスの4つのケアの推進についてお話しします。	カウンセリング担当 大小原利信相談員	20名	群馬メディカル センター 2階セミナー室

N-3	6月20日(火) 14:00～16:00	<p>『メンタルヘルス対策の基礎研修② ～ストレスチェックの活用術～』</p> <p>メンタルヘルス対策への取組は企業にとって大きな課題となっています。今年度が最終年度となる第12次労働災害防止計画においては「メンタルヘルス対策を行う企業を80%にする」との目標が掲げられています。しかし、どのように取組んだらよいか、また、取組み始めてみたがよく分からないという声も少なくありません。</p> <p>本研修では、企業内においてメンタルヘルス対策を推進していく立場にある、産業保健スタッフや人事労務担当者を対象にグループワークによる実習を交えながら「企業が取り組むべきメンタルヘルス対策には何が必要なのか？」学んでもらいます。</p> <p>第2回目となる今回は、平成27年12月1日より50人以上の事業所に義務付けられたストレスチェック制度について、制度の仕組みと活用法および疑問点等について考えてみたいと思います。</p>	カウンセリング担当 大小原利信相談員	20名	群馬メディカル センター 2階セミナー室
E-7	6月29日(木) 14:00～16:00	<p>『ストレスチェック制度について ～初年度を終えての問題点等～』</p> <p>平成27年12月1日から労働者数50人以上の事業所に対して実施することが義務付けられた“ストレスチェック制度”。難解な制度であったことと、実施期限が設けられていたため、初年度は制度内容をよく理解しないまま実施された事業所も少なくないかと思えます。</p> <p>本研修では、初年度を終えての問題点等についてお話するとともに、今後の“ストレスチェック制度”を有意義なものとしていくために、制度の再確認を行いたいと思います。</p>	産業医学担当 藤田晴康相談員	30名	群馬県生涯学習 センター 4階第1研修室
N-5	7月5日(水) 14:00～16:00	<p>『社内で行うメンタルヘルス(セルフケア)教育①』</p> <p>現在、企業にはメンタルヘルス対策について何らかの取り組みをすることが求められています。取り組みを推進するにあたっては社員教育が重要になります。年に一度外部より専門の講師を呼び開催するのもいいですが、社内でする実施することが基本です。</p> <p>本研修では、新入社員研修時等にメンタルヘルス(セルフケア)教育が社内でするできるように、どんな資料を使いどのように進めていけばいいのか社内実施のためのポイントについて学んでもらいます。</p> <p>今回は、講師より研修に利用できる資料の提供および社内実施のためのポイントについてお話しします。</p> <p>次回は今回の内容を踏まえて演習を行います。</p> <p>*対象は保健師・衛生管理者等社内での研修担当者となります。</p> <p>*原則①、②セットでの申し込みをお願いいたします。</p>	カウンセリング・ 保健指導担当 鈴木浄美相談員	12名	群馬メディカル センター 2階セミナー室
E-8	7月6日(木) 14:00～16:00	<p>『メンタルヘルスキアの有効性 ～企業が取り組むべき対策とその有効性～』</p> <p>メンタルヘルス対策への取組は企業にとっての課題となっています。今年度が最終年度となる第12次労働災害防止計画においては「メンタルヘルス対策を行う企業を80%にする」との目標が掲げられています。しかし、どのように取組んだらよいか、また、取組み始めてみたがよく分からないという声も少なくありません。</p> <p>本研修では、労働者、管理監督者が行うセルフケア、ラインケアの基本をグループワークによる実習を交えながら学んでもらい、リスク管理の観点からメンタルヘルスキアの有効性について考えてみたいと思います。</p>	カウンセリング担当 菊池智子相談員	20名	ヤマダグリーン ドーム前橋 1階104会議室

N-6	7月11日(火) 14:00～16:00	<p>『メンタルヘルス対策の基礎研修③ ～セルフケアに必要なこと～』</p> <p>メンタルヘルス対策への取組は企業にとって大きな課題となっています。今年度が最終年度となる第12次労働災害防止計画においては「メンタルヘルス対策を行う企業を80%にする」との目標が掲げられています。しかし、どのように取組んだらよいのか、また、取組み始めてみたがよく分からないという声も少なくありません。</p> <p>本研修では、企業内においてメンタルヘルス対策を推進していく立場にある、産業保健スタッフや人事労務担当者を対象にグループワークによる実習を交えながら「企業が取り組むべきメンタルヘルス対策には何が必要なのか？」学んでもらいます。</p> <p>第3回目となる今回は、4つのケアの1つであるセルフケアについて、ポイントや社内での研修の実施方法等についてお話しします。</p>	カウンセリング担当 大小原利信相談員	20名	群馬メディカルセンター 2階セミナー室
N-7	7月19日(水) 14:00～16:00	<p>『社内で行うメンタルヘルス(セルフケア)教育②』</p> <p>2回目となる今回は、講師より提供された資料等を利用し実際に演習を行います。</p> <p>*対象は保健師・衛生管理者等社内での研修担当者となります。</p> <p>*原則①、②セットでの申し込みをお願いいたします。</p>	カウンセリング・ 保健指導担当 鈴木浄美相談員	12名	群馬メディカルセンター 2階セミナー室
N-8	8月22日(火) 14:00～16:00	<p>『メンタルヘルス対策の基礎研修④ ～ラインケアに必要なこと～』</p> <p>メンタルヘルス対策への取組は企業にとって大きな課題となっています。今年度が最終年度となる第12次労働災害防止計画においては「メンタルヘルス対策を行う企業を80%にする」との目標が掲げられています。しかし、どのように取組んだらよいのか、また、取組み始めてみたがよく分からないという声も少なくありません。</p> <p>本研修では、企業内においてメンタルヘルス対策を推進していく立場にある、産業保健スタッフや人事労務担当者を対象にグループワークによる実習を交えながら「企業が取り組むべきメンタルヘルス対策には何が必要なのか？」学んでもらいます。</p> <p>第4回目となる今回は、4つのケアの1つであるラインケアについて、ポイントや社内での研修の実施方法等についてお話しします。</p>	カウンセリング担当 大小原利信相談員	20名	群馬メディカルセンター 2階セミナー室
N-9	9月19日(火) 14:00～16:00	<p>『メンタルヘルス対策の基礎研修⑤ ～メンタルヘルス対策をさらに進めるために～』</p> <p>メンタルヘルス対策への取組は企業にとって大きな課題となっています。今年度が最終年度となる第12次労働災害防止計画においては「メンタルヘルス対策を行う企業を80%にする」との目標が掲げられています。しかし、どのように取組んだらよいのか、また、取組み始めてみたがよく分からないという声も少なくありません。</p> <p>本研修では、企業内においてメンタルヘルス対策を推進していく立場にある、産業保健スタッフや人事労務担当者を対象にグループワークによる実習を交えながら「企業が取り組むべきメンタルヘルス対策には何が必要なのか？」学んでもらいます。</p> <p>最終回となる今回は、メンタルヘルス対策をさらに進めるために社内体制整備や退職者への対応、外部機関との連携等についてお話しします。</p>	カウンセリング担当 大小原利信相談員	20名	群馬メディカルセンター 2階セミナー室

N-12	9月 8日(金) 14:00～16:00	<p>『メンタルヘルス支援に関する事例検討』</p> <p>本検討会は、他者を支援する過程において生じる支援者自身の感情や認知に焦点を当てながら、専門職としての支援について検討するものです。検討会に参加される皆さんが職場で実際に体験した事例を通して検討したいため、事前に事例の提出をお願いする場合があります。事例の提出は必須ではありませんので、「事例の提出は控えたい」という方の参加もお待ちしています。逆に「ぜひ検討したい事例がある」という方は、参加お申し込み時にお申し出いただければ優先的に取り上げたいと考えています。</p> <p>※対象は、保健師・看護師等の対人援助者とします。</p>	メンタルヘルス担当 松岡治子相談員	10名	群馬メディカルセンター 2階セミナー室
E-14	10月19日(木) 14:00～16:00	<p>『職場における災害時のこころのケア』</p> <p>事故やトラブルは起きないにこした事はありませんが、気を付けていても起きてしまいます。そんな時の事後の対応、当事者やその場に居合わせた方のケアについてメンタルヘルスの視点から考えてみたいと思います</p>	カウンセリング担当 菊池智子相談員	20名	ヤマダグリーン ドーム前橋 1階104会議室
E-16	11月8日(水) 14:00～16:00	<p>『職場における自殺の予防と対応 ～味方になりきるコミュニケーション講座～』</p> <p>1998年の金融危機以降2011年まで14年連続で3万人を超えていた自殺者も2012年に3万人を下回って以降年々減少してきております。しかしながら、自殺者に占める労働者の割合を見ますと3割弱と横這いの状態で、ここ数年では上昇している傾向にあります。過重労働やハラスメント問題等、労働者を取り巻く環境は厳しい状況にあります。自殺予防の対策は、心の健康づくり対策(メンタルヘルス対策)でもあり、その効果は自殺に留まらず、生産性とも直結する問題です。自殺を防止し、明るく、生産的な職場をつくるためにもメンタルヘルス対策の実施は重要です。本研修では、メンタルヘルス対策の基本であるコミュニケーションを中心に、職場における自殺防止対策について考えて見たいと思います。</p>	カウンセリング担当 大小原利信相談員	20名	群馬メディカルセンター 2階セミナー室
E-19	1月26日(金) 14:00～16:00	<p>『より良い関係性を築くための コミュニケーションスキル』</p> <p>近年ITの進歩に伴いSNSやメールの利用が増え、特に若い人達の中には人と話すのが苦手という人が増えています。相手と十分な意思疎通を行うために「聴く」「話す」ということは日常だけでなく、仕事を円滑に進めるために必要なビジネススキルのひとつです。コミュニケーションの良く取れている職場は風通しもよく、メンタルヘルス不調の発症はもちろん労働災害の発生も少なくなると言われています。本研修では、「聴く」「話す」を中心により良い関係性を築くためのコミュニケーションスキルについて考えて見たいと思います。</p>	カウンセリング・ 保健指導担当 鈴木浄美相談員	20名	群馬メディカルセンター 2階セミナー室
N-15	2月9日(金) 14:00～16:00	<p>『ストレス対処のためのリラクゼーション法 ～香りでストレス解消(アロマセラピー)～』【実習】</p> <p>自分にあったリラクゼーション法を身につけることで、ストレス状態にある心と身体の緊張を緩和でき、ストレスと上手につきあうことができます。本研修では、アロマセラピーなど手軽に取り入れやすいリラクゼーション法についての基礎知識と実践方法を講義と実習形式でお伝えします。</p>	保健指導・ カウンセリング担当 小笠原映子相談員	20名	群馬メディカルセンター 2階セミナー室

N-16	2月28日(水) 14:00～16:00	<p>『 ストレスチェック制度について ～面接指導の進め方と面接を 希望しない者への対応～ 』</p> <p>平成27年12月1日から労働者数50人以上の事業所に対して実施することが義務付けられた“ストレスチェック制度”。制度導入から2年が経過し、様々な問題点も見えてきたようです。</p> <p>厚生労働省より発表された初年度の実施状況を見ると、実施率は80%となっておりますが、面接指導希望者が0.6%と1%に満たない状況になっておりました。</p> <p>本研修では、初年度の状況を踏まえ希望者の少なかった面接指導についての進め方と面接を希望しなかったものへの対応についてお話します。また、今後の“ストレスチェック制度”を有意義なものとしていくために、どうしていくべきか考えたいと思います。</p>	産業医学担当 原島浩一相談員	30名	群馬県生涯学習 センター 4階第1研修室
N-17	3月6日(火) 14:00～16:00	<p>『 ストレス対処のためのセルフケア ～リラックスできる呼吸法～ 』【実習】</p> <p>現代社会には様々なストレスが存在し、その影響で心身に不調をきたしてしまう方が増えています。どうしても抱えてしまいがちな「ストレス」!! みなさん一体どうやって解消していますか? 身体や精神の不調をもたらす多種多様な疾患の原因となる精神的ストレスを緩和して解消するためには、『3つのR【Rest(休養)、Recreation(娯楽的な楽しみ)、Relax(リラクゼーション)】』と呼ばれるストレス解消の基本的方法を理解しておくことが重要です。</p> <p>本研修では、ストレス解消のためのセルフケアの方法について基本を理解してもらうと共に、ストレスを感じたときなどに、非常に即効性のある有効な方法として知られ、あらゆるリラクゼーションの基本となっている呼吸法について実際体験してもらいます。</p>	カウンセリング担当 菊池智子相談員	20名	群馬メディカル センター 2階セミナー室

### ＜健康保持増進対策セミナー＞

番号	開催日時	テーマ・内容	講師	人数	開催場所
E-2	4月21日(金) 14:00～16:00	<p>『 やりっぱなしはもったいない、 一般健康診断の結果の見方と活用 』</p> <p>最近の過労死・過労自殺、過重労働起因の脳疾患・心疾患及び精神疾患の急増を受けて、企業の従業員に対する健康管理責任が重要視されています。労働安全衛生法では事業者に対し従業員の健康状態を把握するため、健康診断の実施、およびその結果「異常の所見有り」と診断され労働者については、医師の意見を聴いた上で、健康を保持するために必要な措置を講じなければならないと規定されています。</p> <p>本研修では、一般健康診断と事後措置の流れ、健診結果の活用例(個人結果から就業配慮を図り労働災害を未然に防止する、集団結果をもとに会社の健康管理施策につなげる)および一般健康診断結果(個人情報)の取扱いについてお話します。</p>	早川洋子 両立支援促進員	20名	群馬メディカル センター 2階セミナー室
N-2	6月14日(水) 14:00～16:00	<p>『 健康診断の事後措置 』</p> <p>健康診断は以前は職業病の早期発見や高血圧、肺結核の診断が主な目的でした。最近はメタボ健診といわれる様に生活習慣病の予防に重点がおかれています。また、メンタルヘルスにも注意が払われるようになりました。これらのことは一人ひとり条件も異なり、健康診断後の各個人の事後処置が大切となります。</p>	産業医学担当 原島浩一相談員	20名	群馬県生涯 学習センター 3階視聴覚室



N-4	6月28日(水) 14:00～16:00	<p>『事業場における治療と職業生活の両立支援について～がんの治療と就労の両立支援～』</p> <p>2016年2月『事業場における治療と職業生活の両立支援のためのガイドライン』が策定されました。</p> <p>同ガイドラインでは、職場における意識啓発のための研修や治療と職業生活を両立しやすい制度(休暇・勤務等)の導入や体制等の環境整備、治療と職業生活の両立支援の進め方に加え、特に「ガン」について留意すべき事項をとりまとめています。</p> <p>本研修では「がんの治療と就労の両立支援」について、ガイドラインを中心に企業としてどのように取り組んでいけば良いのか、お話いたします。</p>	<p>カウンセリング・保健指導担当 鈴木浄美相談員</p>	20名	<p>ヤマダグリーン ドーム前橋 1階104会議室</p>
N-10	9月7日(木) 14:00～16:00	<p>『産業医のための歯科保健』</p> <p>事業場での歯科健診は重要です。「成人歯科健診」と「産業歯科健診」の違いと、産業歯科医による歯科健診を行わなければならない職場を職業性口腔疾患と共に説明します。また歯周病が全身に与える影響を解説します。</p>	<p>産業医学担当 山口達雄相談員</p>	30名	<p>群馬県生涯 学習センター 4階第1研修室</p>
N-11	9月14日(木) 14:00～16:00	<p>『睡眠について考える』</p> <p>よく眠れずに困っているビジネスパーソンが増えています。</p> <p>あなたはよく眠れていますか？</p> <p>最近「睡眠負債」という言葉を耳にします。これは、毎日1～2時間の寝不足が借金のように積み重なり、やがて“債務超過”に陥ると、がん、認知症などをはじめとする重大な疾病を発症させるといわれています。睡眠不足はヒューマンエラーの原因になるだけでなく、肥満や糖尿病のような生活習慣病、ストレスが溜まりうつ症状につながることもあります。</p> <p>不眠症や睡眠時無呼吸症候群に限らず、職場ではさまざまな睡眠障害の事例が認められます。</p> <p>健康管理という視点にとどまらず、産業保健の立場から「質の高い睡眠」の重要性について考えてみたいと思います。</p>	<p>産業医学担当 中村保子相談員</p>	30名	<p>群馬県生涯 学習センター 4階第1研修室</p>
E-15	10月24日(火) 14:00～16:00	<p>『衛生管理者が行う労働者の健康管理』</p> <p>労働者の健康管理というと健康診断を実施するなどして、肉体的な健康を保つというイメージがあります。それも大切ですが、健康を損なわない働き方ができるように調整をしたり、職場環境を整えたりすることも必要です。(労働衛生の3管理)</p> <p>健康管理活動の中心となるのは産業医の先生になります。また、大手企業では医療の専門職である看護職を配置しているところもあります。しかしながら、多くの企業では看護職の配置はなく、産業医も嘱託契約で月1回程度の活動のため、難しい部分もあります。実際に企業内において中心的立場で活動を行っていくのは衛生管理者(50人未満は推進者)になります。</p> <p>本研修では、医療の専門職ではない衛生管理者(推進者)が労働者の健康管理をどの様に進めていけばいいのか、そのポイントおよび産業医との連携の仕方等についてお話いたします。</p>	<p>保健指導担当 山田淳子相談員</p>	20名	<p>群馬メディカル センター 2階セミナー室</p>
N-13	11月2日(木) 14:00～16:00	<p>『働く女性の健康管理』</p> <p>高齢化による働き手不足および平成28年4月1日に施行された女性活躍推進法により、企業にとって女性労働者の存在は欠かせないものになっており、「女性が健康で働き続けること」を視野に入れ、職域での健康管理を展開することが望まれています。</p> <p>現在、労働基準法における母性保護規定や女性労働基準規則等により、女性労働者の健康管理について規定されています。</p> <p>「女性が健康で働き続ける」ためには、母性としての機能にとどまらず、女性固有の身体リズムに伴う健康障害について広くとらえていく必要があります。</p> <p>本研修では、企業として女性労働者の健康管理について、どう取り組んでいけばいいのかについてお話いたします。</p>	<p>株式会社ミツバ 専属産業医 瀧上知恵子氏</p>	20名	<p>群馬県生涯 学習センター 4階第1研修室</p>

N-14	11月29日(水) 14:00～16:00	<p>『過重労働防止対策について ～面接指導体制の確立と過労死等防止対策～』</p> <p>長時間にわたる過重な労働は、疲労の蓄積をもたらす重要な要因と考えられ、脳・心臓疾患の発症との関連性が強いとの医学的知見が得られています。また、最近ではメンタルヘルス不調を発症する要因とも言われています。働くことにより、労働者が健康を損なうようなことがあつてはならず、労働者に疲労の蓄積を生じさせないようにするため、労働者の健康管理に係る措置を適切にすることが重要です。</p> <p>平成26年11月に「過労死防止対策推進法」が施行され、毎年11月は「過労死等防止啓発月間」となっています。本研修では、過重労働の防止対策を進めて行く上で、面接指導体制等の確立の重要性についてお話します。</p>	産業医学担当 藤田晴康相談員	30名	群馬県生涯学習センター 4階第1研修室
E-17	12月5日(火) 14:00～16:00	<p>『【運動指導講座①】運動の知識』</p> <p>少子高齢化に伴い、今後労働力はますます高齢化していくことが考えられます。高齢化に伴う体力・運動機能の低下により転倒災害等も増えており、社員の健康保持増進が求められています。</p> <p>そこで簡単にできる運動指導講座を3回のシリーズで開催いたします。</p> <p>初回となる今回は”運動の知識”と題して、運動の種類・効果的な運動、運動の必要性等の講話を中心に、簡単な筋力・体幹力等のチェックテスト等簡単な実技も行う予定です。</p> <p>*2回目(H30.2)、3回目(H30.3)は実技を中心に実施する予定です。</p>	衛生工学担当 榎本秀樹相談員	30名	群馬県生涯学習センター 4階第2研修室
E-20	2月2日(金) 14:00～16:00	<p>『治療と職業生活の両立支援について ～企業としての取り組み方・すすめ方～』</p> <p>2016年2月に策定された『事業場における治療と職業生活の両立支援のためのガイドライン』では、職場における意識啓発のための研修や治療と職業生活を両立しやすい制度(休暇・勤務等)の導入や体制等の環境整備、治療と職業生活の両立支援の進め方に加え、特に「ガン」について留意すべき事項をとりまとめています。</p> <p>本研修では企業として「治療と就労の両立支援」について、どのように取り組んでいけば良いのか、お話しいたします。</p>	メンタルヘルス担当 松岡治子相談員	20名	群馬メディカルセンター 2階セミナー室
E-21	2月16日(金) 14:00～16:00	<p>『【運動指導講座②】 中高齢者に向けた筋力トレーニング(実技)』</p> <p>少子高齢化に伴い、今後労働力はますます高齢化していくことが考えられます。高齢化に伴う体力・運動機能の低下により転倒災害等も増えており、社員の健康保持増進が求められています。</p> <p>そこで簡単にできる運動指導講座を3回のシリーズで開催いたします。</p> <p>2回目となる今回は”中高齢者に向けた筋力トレーニング”と題して、アイソメトリック方法や労働災害防止や日常生活でのけがの予防に効果的な立位での体幹トレーニングとストレッチを実際に体験してもらいます。</p> <p>*3回目(H30.3)も実技を中心に実施する予定です。</p>	衛生工学担当 榎本秀樹相談員	30名	群馬県生涯学習センター 4階第3研修室

E-24	3月13日(火) 14:00～16:00	<p>『【運動指導講座③】インターバル速歩（実技）』          少子高齢化に伴い、今後労働力はますます高齢化していくことが考えられます。高齢化に伴う体力・運動機能の低下により転倒災害等も増えており、社員の健康保持増進が求められています。          そこで簡単にできる運動指導講座を3回のシリーズで開催いたします。          最後となる今回は古武道の身のこなしから労働災害防止に役立つ合理的な躰の使い方やインターバル速歩を実際に体験してもらいます。          ※インターバル速歩とは、速歩と歩行を数分間ずつ交互に繰り返すウォーキング法です。筋力・持久力を無理なく向上させることができるうえ、生活習慣病リスクの改善などにも効果があります。1日速歩トータル15分という手軽さで、体力のない高齢者や、忙しくて時間がとれないという人にもぴったりのトレーニング方法です。</p>	衛生工学担当 榎本秀樹相談員	30名	群馬県生涯学習センター 体育館A
------	-------------------------	---	-------------------	-----	---------------------

### ＜作業環境管理セミナー＞

番号	開催日時	テーマ・内容	講師	人数	開催場所
E-5	5月17日(水) 14:00～16:00	<p>『熱中症の予防と対策 ～作業環境管理と作業管理～』          熱中症は「第12次労働災害防止計画」の重点項目にも取り上げられています。          本格的な暑さを迎える前に予防の基本を再確認し、対処法および作業環境管理と作業管理を学びましょう。</p>	小澤光男 労働衛生工学専門員	20名	群馬メディカルセンター 2階セミナー室
E-6	6月7日(水) 14:00～16:00	<p>『職場の喫煙対策について ～受動喫煙防止対策への取り組み～』          労働安全衛生法の改正により平成27年6月1日から、職場の受動喫煙防止対策は事業者の努力義務となりました。企業の財産「人」を守るためには、「受動喫煙のない職場」は重要です。          企業としてどのような対応が必要なのか。また、どのような対策を行えばいいのか、実例等を交えながらお話しします。</p>	衛生工学担当 大澤武克相談員	20名	ヤマダグリーン ドーム前橋 1階104会議室
E-9	7月12日(水) 14:00～16:00	<p>『監督官経験者が教える職場巡視のポイント』          労働安全衛生活動を進めて行く上において職場巡視は最も重要な活動の一つといえます。巡視活動の目的は、職場での安全・衛生の管理状況を把握し、災害を未然に防止し、労働者の健康を確保すること。そして、「快適な職場環境」を形成することです。          ただ漠然と巡視をするのではなく、ポイントを押さえて実施することでより効果的な活動となります。          そこで、本研修では労働安全コンサルタントで元労働基準監督官の講師が、職場巡視のポイントについてお教えします。</p>	関係法令担当 寺村裕司相談員	20名	群馬メディカルセンター 2階セミナー室
E-18	12月8日(金) 14:00～16:00 【延期】	<p>『正しい呼吸用保護具の着用について ～フィットチェックの重要性と実際～』          有害・危険作業が必要な職場において、仕事と怪我、病気は切っても切り離せないものがあります。仕事上での怪我や病気は、労働災害になりますが、この労働災害をいかに減らせるのかは、企業にとって永遠のテーマと言えます。          労災を減らすための対策として、無害化や自動化、工学的対策等様々な努力が行われています。しかし、それでも防ぎきれない危険や有害物もあります。そのため、最後は自分の身は自分で守らなければなりません。自分の身を守るための最後の砦が、保護具です。          本研修では、労働衛生保護具の代表的な存在である呼吸保護具(防毒マスク・防じんマスク等)について正しい着用方法を学んでもらい、フィットチェックの重要性について理解いただき、きちんと着用できているかどうか実際にフィットチェックを行い、確認してもらいます。          ＊サンプルマスクを提供して頂きますが、実際に自分で使っているマスクがあればお持ちいただき、チェックしてみましょう。          ＊当センターに耳栓チェッカーの保有がありますので、耳栓のフィットチェックの実施も考えています。</p>	株式会社重松製作所 牧野友樹氏	30名	群馬県生涯学習センター 4階第2研修室

E-22	2月22日(木) 14:00～16:00	『有害業務の管理について ～作業環境測定と特殊健康診断～』 「粉じん作業」「有機溶剤取扱作業」「重量物取扱作業」等の有害業務については、労働安全衛生法により作業方法や作業環境管理を適切に行い、労働者の健康を保持することが求められています。 本研修では、作業環境管理として現状把握と環境改善のために行う作業環境測定と特殊健康診断についてお話します。	衛生工学担当 小川純一相談員	30名	群馬県生涯学習 センター 4階第1研修室
------	-------------------------	--	-------------------	-----	----------------------------

## ＜ 関係法令 ＞

番号	開催日時	テーマ・内容	講師	人数	開催場所
E-3	5月10日(水) 14:00～16:00	『安全配慮義務から考える 企業の労働安全衛生活動』 安全配慮義務は、職場における労働災害を未然に防止するための安全衛生管理上の義務といえます。 企業は安全配慮義務を履行するため、労働災害の「危険発見」(職場における危険、特に働いている人の周りにおける危険を予知して発見する)と「その事前排除(予防)」(リスクを除去したり低減させたりし、残存したリスクに対しては作業者にその存在などを示し、危険が顕在化しないように対策をとる)のための活動が必要となります。 本研修では、安全衛生活動の基本となる労働安全衛生法をベースに、安全配慮義務に問われないために、企業としてどのような取り組みをして行けばいいのかについてお話しいたします。	関係法令担当 寺村裕司相談員	20名	群馬メディカル センター 2階セミナー室
E-10	8月29日(火) 14:00～16:00	『労働安全衛生法の基礎研修① ～管理体制・安全衛生教育編～』 企業が安全衛生活動を行っていく上で基本となるのが労働安全衛生法です。労働安全衛生法を理解していなくては、正しい取り組みができないということになります。そこで、労働安全衛生法を正しく理解してもらうため、安全衛生実務担当者および衛生管理者資格を取ろうとしている方を対象に労働安全衛生法の基礎研修を開催いたします。 今回は管理体制・安全衛生教育編として業種や規模等により、どのような体制を整備しなければならないのか、産業保健スタッフの選任要件や職務・役割等の管理体制についてと雇い入れ時や配置転換時等企業として実施しなければならない労働者への安全衛生教育についてお話します。	関係法令担当 寺村裕司相談員	20名	群馬メディカル センター 2階セミナー室
E-13	9月21日(木) 14:00～16:00	『最近の労働衛生関係法令の動向』 平成29年度が最終年度となる「第12次労働災害防止計画」を中心に、最近の関係法令の改正や新しい通達等について分かりやすく説明します。 また、産業医として知っておくべき関係法令についてお話します。	群馬労働局 担当官	30名	群馬県生涯 学習センター 4階第1研修室
E-11	9月22日(金) 14:00～16:00	『労働安全衛生法の基礎研修② ～健康管理編～』 企業が安全衛生活動を行っていく上で基本となるのが労働安全衛生法です。労働安全衛生法を理解していなくては、正しい取り組みができないということになります。そこで、労働安全衛生法を正しく理解してもらうため、安全衛生実務担当者および衛生管理者資格を取ろうとしている方を対象に労働安全衛生法の基礎研修を開催いたします。 2回目となる今回は労働衛生の3管理の1つである健康管理編として健康診断の種類と項目、事後措置、メンタルヘルス対策への取り組み等についてお話します。	関係法令担当 寺村裕司相談員	20名	群馬メディカル センター 2階セミナー室

E-12	10月10日(火) 14:00～16:00	<p>『労働安全衛生法の基礎研修③ ～作業環境管理・作業管理・有害業務編～』</p> <p>企業が安全衛生活動を行っていく上で基本となるのが労働安全衛生法です。労働安全衛生法を理解していなくては、正しい取り組みができないということになります。そこで、労働安全衛生法を正しく理解してもらうため、安全衛生実務担当者および衛生管理者資格を取ろうとしている方を対象に労働安全衛生法の基礎研修を開催いたします。</p> <p>3回目となる今回は労働衛生の3管理のうち作業環境管理・作業管理として作業環境測定やリスクアセスメントについてのお話と、塗装等の有機溶剤作業や溶接等の粉じん作業等の有害業務についてお話します。</p>	関係法令担当 寺村裕司相談員	20名	群馬メディカル センター 2階セミナー室
E-23	3月1日(木) 14:00～16:00	<p>『労働衛生行政における 健康確保対策の現状と方向性について』</p> <p>労働者の健康保持確保のために労働安全衛生法において規定されている健康診断の実施や事後措置、ストレスチェック制度をはじめとするメンタルヘルス対策への取り組み、過労死防止対策への取り組み等の健康確保対策の現状と方向性についてお話いたします。また、平成30年度より新たに始まる『第13次労働災害防止計画』についてもお話いたします。</p>	群馬労働局 担当官	30名	群馬県生涯学習 センター 4階第1研修室

## <会場のご案内>

- ①群馬メディカルセンター:前橋市千代田町1-7-4(027-233-0026)
- ②群馬県公社総合ビル:前橋市大渡町1-10-7(027-255-1166)
- ③前橋テルサ:前橋市千代田町2-5-1(0270-231-3211)
- ④群馬障害者職業センター:前橋市天川大島町130-1(027-290-2540)
- ⑤ヤマダグリーンドーム前橋:前橋市岩神町1-2-1(027-235-2000)
- ⑥群馬県生涯学習センター:前橋市文京町2-20-22(027-224-5700)
- ⑦群馬県社会福祉総合センター:前橋市新前橋町13-12(027-255-6000)
- ⑧ベシシア文化ホール:前橋市日吉町1-10-1(027-232-1111)
- ⑨群馬県JAビル:前橋市亀里町1310(027-220-2530)

## <駐車場のご案内>

- ①群馬メディカルセンター:駐車場はありません。「中央駐車場」、「前橋テルサ駐車場」等お近くの有料駐車場をご利用下さい。詳しい場所につきましては、ホームページのアクセスマップをご覧ください。
- ②群馬県公社総合ビル:無料の駐車場があります。
- ③前橋テルサ:有料の駐車場があります。(セミナー参加者は無料です)
- ④群馬障害者職業センター:無料の駐車場があります。
- ⑤ヤマダグリーンドーム前橋:無料の駐車場があります。
- ⑥群馬県生涯学習センター:無料の駐車場があります。
- ⑦群馬県社会福祉総合センター:無料の駐車場があります。
- ⑧ベシシア文化ホール:無料の駐車場があります。
- ⑨群馬県JAビル:無料の駐車場があります。

## <申し込み方法>

- ・下記の参加申込書にご記入の上、FAXにてお申し込み下さい。  
FAX:027-233-9966
- ・ホームページよりお申し込みもできます。  
<http://www.gunmas.johas.go.jp/>

## 平成29年度 産業保健セミナー参加申込書

申込日:平成29年 月 日

開催日	月 日	受付日	
テーマ		受付番号	
(フリガナ) 氏名			
所属事業所名等			
職種名	事業主・産業医・保健師・看護師・衛生管理者・労務管理担当者・労働者・その他( )		
所在地	〒		
連絡先	(TEL)	(FAX)	
	(Eメールアドレス)		

\*連絡先については、変更等があった際連絡をする場合がありますので、携帯電話等、必ず連絡が取れる連絡先をお願いします。

※申し込み受付後、2～3日で受付番号を付記し、返送致します。(返送が無い場合には、ご連絡下さい。)

※定員締め切りの際は、折り返しご連絡致します。

### <セミナーのリクエスト>

開催日や開催場所の関係で参加できなかった研修の中で、再度開催を希望する研修がありましたら、ご記入下さい。希望者の多い場合は検討いたします。

テーマ	
講師	
開催希望場所	
開催希望時期	

### <産業保健セミナー質問・要望欄>

質問・要望内容

