



日 程	テーマ	開催場所
☆産業医研修		

9月7日(木)	『産業医のための歯科保健』	群馬県生涯学習センター
9月14日(水)	『睡眠について考える』	群馬県生涯学習センター
9月21日(水)	『最近の労働衛生関係法令の動向』	群馬県生涯学習センター
☆メンタルヘルス対策セミナー		
8月22日(火)	『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～』	群馬メディカルセンター
9月19日(火)	『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～』	群馬メディカルセンター
☆健康保持増進対策セミナー		
9月7日(木)	『産業医のための歯科保健』	群馬県生涯学習センター
9月14日(水)	『睡眠について考える』	群馬県生涯学習センター
☆関係法令セミナー		
8月29日(火)	『労働安全衛生法の基礎研修① ～管理体制・安全衛生教育編～』	群馬メディカルセンター
9月21日(水)	『最近の労働衛生関係法令の動向』	群馬県生涯学習センター
9月22日(金)	『労働安全衛生法の基礎研修②～健康管理編～』	群馬メディカルセンター
10月10日(火)	『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～』	群馬メディカルセンター

7月のセミナー結果

◎産業医研修

内 容 : 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、どのように取り組んだらよいのか、また、取り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お話しいただきました

参加者からは「テキストに準じて分かり易い。具体例も入れての説明が分かり易かった」「契約先事業場のメンタルヘルスの意識の再確認に役立ちそう」「より具体的なストレスのケアを聞いて良かった。今後すぐに事業所で実行できそう」「日常に応用できそうな内容で良かった」「組織が取り組むべき事や個人に係る仕事のストレス解消の仕方が会社としてよい対策ができそう」「安全衛生委員会のメンバーへ是非シェアしたい内容であると思う」「メンタルヘルスについてあまり知識が無かったのでよく分かった」「社内研修に活かしていける。職場ストレスの軽減につなげられる」「認知に関する知識をより深く身につける事ができた気がする」「とても分かり易くセルフケア、ラインケア共にすぐに共有して実践したいと思った」等の意見を得ました。



テ ー マ : 『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～』

開催日時 : 7月26日(水)14:00～16:00

会 場 : ヤマダグリーンドーム前橋 1階104会議室

講 師 : 阿部 一浩 氏(群馬産業保健総合支援センター 労働衛生工学専門員)

参加者 : 28名

内 容 : 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した。



参加者からは「職場巡視に役立つと思う」「とても分かり易かった。実習も丁寧に教えて頂いた」「丁寧に教えて頂き、とても良く理解できた」「事務業務環境の照度管理、空調管理について知れて有益だった」「実際に機器に触れて分かり易く説明して頂き理解できたと思う」「初めて機器を目にした」「健康障害の防止に役立つ」「なかなか測定器を手にする機会が少ないので良かった」「有害業務のある企業の産業医活動をするにあたっては必要な内容であった」等の意見を得ました。

◎メンタルヘルス対策セミナー

テ ー マ : 『社内で行うメンタルヘルス(セルフケア)教育①』

開催日時 : 7月5日(水)14:00～16:00

会 場 : 群馬メディカルセンター 2階セミナー室

講 師 : 鈴木 浄美 相談員

(群馬産業保健総合支援センター カウンセリング・保健指導担当)

参加者：11名

内容：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、社内で実施することが基本です。



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)教育が社内で実施できるように、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した。

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いただきました。

参加者からは「最近ストレスを持っている人が多い。他人に自分からできない人が多いので今後に活かそう」等の意見をいただきました。

テーマ：『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～』

開催日時：7月11日(火)14:00～16:00

会場：群馬メディカルセンター 2階セミナー室

講師：大小原 利信 相談員(群馬産業保健総合支援センター カウンセリング担当)

参加者：19名

内容：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、どのように取り組んだらいいのか、また、取り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？」学びました。

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いただきました。



参加者からは「いつも通り楽しい研修だった」「ストレスチェックの有効性を感じた」「話し合う事で内容をより深く考えられた」「セルフケアを考える上で参考になった」「知識も得たが、やらなきゃという意欲にもつながった」「とても分かり易く社内で進めていくヒントになった」「社内の研修(ラインケア)を実施する中で、対象者から「もっと詳しい内容を聞きたかった。」との意見を多くもらう。講義の中であった通り、対象者の状況に合わせた研修を社内で実施していく必要性はすごく感じている。ただ、その抽出方法が難しい所が課題である。社内に持ち帰り今後検討していきたいと思う」等の意見をいただきました。

テーマ：『社内で行うメンタルヘルス(セルフケア)教育②』

開催日時：7月19日(水)14:00～16:00



会 場：群馬メディカルセンター 2階セミナー室

講 師：鈴木 浄美 相談員

(群馬産業保健総合支援センター カウンセリング・保健指導担当)

参 加 者：8名

内 容：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、社内で実施することが基本です。

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)教育が社内で実施できるように、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した。

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した。参加者からは「意見交換等ができ有意義だった」「短時間でも社内研修ができと思った」「教育を実施する参考になった」「数々のセミナーを受講したが実際やってみるといのは初めてだった。いかに難しいか、どうやれば伝わるか勉強になった」「メンタルヘルス全般に対し学ぶ事ができて良い」「演習形式の講座は初めて参加したが良かった」「講師とやり取りしながらの研修は勉強になると感じた」「演習の発表は学びにつながった」等の意見をいただきました。

◎作業環境管理セミナー

テ ー マ：『監督官経験者が教える職場巡視のポイント』

開催日時：7月12日(水)14:00～16:00

会 場：群馬メディカルセンター 2階セミナー室

講 師：寺村裕司 相談員(群馬産業保健総合支援センター 関係法令担当)

参 加 者：13名

内 容：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いただきました。

参加者からは「知らない事を教えて頂いた」「事例などの説明で改めて気づきがあり、会社に戻って点検しようと思った」「今まで認知されていなかったフォークリフト運航の作業計画などの情報を得られた」「職場巡視をする上での考え方が分かった」「安全衛生を指導する立場からのお話で、視点も異なり非常に興味深く聞いた」等の意見をいただきました。



関係機関の動き

1. 平成 28 年度定期健康診断結果について(群馬労働局)
<http://www.hourei.mhlw.go.jp/hourei/doc/tsuchi/T170612K0040.pdf>
2. 第 11 回じん肺診断技術研修会開催のご案内について(労働者健康安全機構)
<https://www.johas.go.jp/index/tabid/754/Default.aspx>
3. 障害者雇用安定助成金(障害・治療と仕事の両立支援制度助成コース)について(厚労省)
<http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000162833.html>
4. 平成 29 年度糖尿病(DM)・慢性腎臓病(CKD)予防研修会の開催について(群馬県)
<http://www.gunmas.johas.go.jp/topics/29ckddmseminar.pdf>
5. 平成 29 年度「全国労働衛生週間」を 10 月に実施します(厚労省)
<http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/0000170527.html>
6. 9 月は全国労働衛生週間の準備月間です。
 各労働基準協会では周知を図る為、下記日程で「労働衛生週間趣旨説明会」を開催します。

日付	地区名	時間	会場
9 月 1 日(金)	前橋	午後 1 時 30 分	勢多会館
9 月 8 日(金)	館林 吾妻	午後 1 時 30 分 午後 2 時	ジョイハウス バイテック文化ホール
9 月 11 日(月)	伊勢崎	午後 1 時 30 分	伊勢崎商工会議所
9 月 12 日(火)	大泉	午後 2 時	大泉町文化むら
9 月 13 日(水)	高崎 藤岡 桐生	午後 1 時 30 分 午後 1 時 30 分 午後 2 時	高崎市産業創造館 藤岡商工会議所 桐生商工会議所
9 月 14 日(木)	太田	午後 1 時 30 分	ティアラグリーンパレス
9 月 15 日(金)	沼田 安中	午後 2 時 午後 4 時	利根沼田文化会館 並木苑
9 月 21 日(木)	渋川	午後 1 時 30 分	ホワイトパーク
9 月 22 日(金)	富岡 下仁田	午後 3 時 午後 3 時 30 分	ヴァンヴェール 神戸建設

センターからのお知らせ

①ストレスチェック制度の導入をサポートします！

②新入社員など「若年者を対象としたメンタルヘルス対策教育研修」が始まりました！

③治療と職業生活の両立支援事業をご利用下さい！

①ストレスチェック制度の導入をサポートします！

一昨年 12 月 1 日から施行されました「ストレスチェック制度」について、当センターでは、研修会の他下記の支援を行っています。

☆実施方法などについて質問したい 「ストレスチェック制度サポートダイヤル」

電話相談窓口を開設しています。

電話番号: 全国統一ナビダイヤル

0570-031050

※通話料金がかかります。

開設時間: 平日 10 時～17 時

☆直接会社に来て助言してほしい 「個別訪問支援」

メンタルヘルス対策の専門家が、直接事業場を訪問して、ストレスチェック制度の導入について、各事業場の状況にあった具体的なアドバイスをします。(無料)

※申込は当センターホームページの「メンタルヘルス対策」からお願い致します。

<http://www.gunmas.johas.go.jp/mental/index.html>

②新入社員など「若年者を対象としたメンタルヘルス対策教育研修」が始まりました！

昨年度から、従来の「管理監督者向けのメンタルヘルス教育研修」に加えて、新入社員をはじめ入社 2～3 年目の「若年者向けのメンタルヘルス教育研修」が始まりました。

管理監督者対象と同様、年 1 回無料でご利用いただけます。メンタルヘルス対策として、春に若手社員向け研修を、秋に管理監督者向け研修を計画すれば、年 2 回無料でご利用可能です。

その他、メンタルヘルス対策個別訪問支援では、専門スタッフが無料で事業場まで出向いてメンタルヘルス対策の体制づくり(心の健康づくり計画や就業規則、職場復帰プログラムの作成など)のお手伝いを致します。

※申込は当センターホームページの「メンタルヘルス対策」からお願い致します。

<http://www.gunmas.johas.go.jp/mental/index.html>

③治療と職業生活の両立支援事業をご利用下さい！

がん対策基本法が改正され、第 8 条に(事業主の責務)として、「事業主は、がん患者の雇用の継



③食事と残った食品について

食べる前にも手指を念入りに洗い、清潔な食器を使いましょう。
残った料理は長時間室温に放置せず、清潔な容器で冷蔵(冷凍)保存し、早めに食べきましょう。



=====

<<群馬産業保健総合支援センターメール配信サービス解除、変更はこちらから>>

<http://www.gunmas.johas.go.jp/melmag/index.html>

<<このメールマガジンへのご意見・ご要望はこちらから>>

info@gunmas.johas.go.jp

=====

《発行元》群馬産業保健総合支援センター

電話:027-233-0026 FAX:027-233-9966