



1. 認定産業医研修・産業保健セミナー（10～11月）の開催について
2. 関係機関の動き
3. 当センターからのお知らせ

1. 認定産業医研修・産業保健セミナー（10～11月）の開催について

お申し込み・詳細につきましては、当センターホームページよりご確認ください。

<https://www.gunmas.johas.go.jp/seminar/>

開催日程	テーマ	開催場所
<b>認定産業医研修</b>		
10月10日（木）	人間関係＆仕事を円滑にすすめるための アサーション・トレーニング～上手な自己表現～	群馬県 市町村会館
10月30日（水）	ハラスメントについて考える	群馬県 市町村会館
11月14日（木）	群馬職域メンタルヘルス交流会 ～コロナ後の職場のメンタルヘルスの変化～（更新）	群馬県 市町村会館
11月20日（水）	群馬県におけるリワークプログラムと 職業センターの復職支援について <b>*定員に達しました。</b>	群馬障害者 職業センター
11月21日（木）	治療と仕事の両立支援～不妊症・不育症～	群馬県 市町村会館
11月28日（木）	産業医活動に必要な労働法規（更新）	群馬県 市町村会館
<b>産業保健セミナー</b>		
10月10日（木）	人間関係＆仕事を円滑にすすめるための アサーション・トレーニング～上手な自己表現～	群馬県 市町村会館

10月30日（水）	ハラスメントについて考える	群馬県 市町村会館
11月14日（木）	群馬職域メンタルヘルス交流会 ～コロナ後の職場のメンタルヘルスの変化～	群馬県 市町村会館
11月20日（水）	群馬県におけるリワークプログラムと 職業センターの復職支援について <b>*定員に達しました。</b>	群馬障害者 職業センター
11月21日（木）	治療と仕事の両立支援～不妊症・不育症～	群馬県 市町村会館
11月28日（木）	産業医活動に必要な労働法規	群馬県 市町村会館
11月29日（金）	<b>【Web受講可】メンタルヘルス対策</b>	群馬メディカルセンター

## 2. 関係機関の動き

- ◇ 【解体・改修・各種設備工事を行う施工業者(元請事業者)の皆さまへ】石綿（アスベスト）の事前調査は施工業者（元請事業者）が必ず行う必要があります！（厚労省）  
<https://www.ishiwata.mhlw.go.jp/pdf/leaflet-a4-r6.pdf>
- ◇ 「過労死等防止対策推進シンポジウム（群馬会場）」の開催について（厚労省）  
[https://www.mhlw.go.jp/karoshi-symposium/page\\_gunma.html](https://www.mhlw.go.jp/karoshi-symposium/page_gunma.html)
- ◇ 令和6年度職場のメンタルヘルスシンポジウム「中小企業におけるメンタルヘルス対策～元気な会社がやっている取組に学ぶ～」の開催について（厚労省）  
[https://kokoro.mhlw.go.jp/mental\\_sympo/2024/](https://kokoro.mhlw.go.jp/mental_sympo/2024/)
- ◇ 令和6年度食生活改善普及運動「食事をおいしく、バランスよく」啓発ツールについて（厚労省）  
<https://www.smartlife.mhlw.go.jp/event/plus1tool>
- ◇ 令和6年度群馬県最低賃金が改正されます（群馬労働局）  
[https://jsite.mhlw.go.jp/gunma-roudoukyoku/hourei\\_seido\\_tetsuzuki/saitei\\_tingin.html](https://jsite.mhlw.go.jp/gunma-roudoukyoku/hourei_seido_tetsuzuki/saitei_tingin.html)
- ◇ 10月は「年次有給休暇取得促進期間」です（群馬労働局）  
<https://work-holiday.mhlw.go.jp/kyuuka-sokushin/>
- ◇ 「群馬県子宮頸がん予防啓発講演会『子宮頸がんを予防するという選択～今だからできる～』」の開催について（群馬県）  
<https://www.gunmas.johas.go.jp/topic/img/693-0.pdf>

◇「母性健康管理研修会」の開催について（一般社団法人女性労働協会）

<https://www.bosei-navi.mhlw.go.jp/kenshu2024/>

◇令和7年度産業医学調査研究助成事業助成希望者の募集について

(公益財団法人産業医学振興財団)

<https://www.zsisz.or.jp/investigation/r7.html>

◇「日本産業衛生学会第1回関東地方会学会」の開催について（日本産業衛生学会関東地方会）

<https://jsohkt1.yupia.net/index.html>

◇特定保健指導に関するセミナー「結果の出る特定保健指導のポイント～第4期見直しを含めて～」

のアーカイブ配信について（田辺三菱製薬株式会社）

<https://lg.mt-pharma.co.jp/lecture-mv/articles/01/>

---

### 3. 当センターからのお知らせ

---

◇治療と仕事の両立支援について

治療と仕事の両立に関するお悩み等について、事業場関係者や産業保健スタッフ、がんなど反復・継続して治療が必要な患者（労働者）からの相談に対応します。

<https://www.gunmas.johas.go.jp/ryouritsushien/>

◇メンタルヘルス対策支援について

産業保健スタッフからのメンタルヘルスに関する相談に対応します。

※当センターは、医療機関ではありませんので、診療やカウンセリングについてはお受けできません。

<https://www.gunmas.johas.go.jp/mental/>

---

☆0円で簡単に健やかにからだへ♪運動と身体活動のおはなし☆

◇30分に1回立って（サーティーブレイク）座りっぱなしを予防しよう！

座りっぱなしは体に良くない事が分かっています。

30分に一度立つ事を意識する事が大切です。お茶を汲む、トイレに行くなど立ち上がる機会を作りましょう。

◇日常生活で身体を動かす時間をちょい足しする

電車で座らず立つ、エスカレーターなどの使用から階段の使用へ変えてみるなど、ささいな事の積み重ねが健康の秘訣です。

◇外出をしよう

買い物なども通販ばかりではなく、リアルショッピングに行って実際に商品を見ながら楽しみつつ、たくさん歩きましょう。

◇誰かと一緒に身体を動かそう！



ウォーキングやショッピングなどを誰かと一緒にすると、一人で歩く時よりも時間があつという間に感じられるはずです。  
自分が健康の為にやっている事などを共有するのもおススメです。



- 
- ◆本メールマガジンは、毎月1日頃を目途に発行致します。
  - ◆新規配信、配信先変更、配信停止を希望される場合は、下記フォームよりご連絡をお願い致します。

<https://www.gunmas.johas.go.jp/mailmag/>

独立行政法人労働者健康安全機構

群馬産業保健総合支援センター

〒371-0022 群馬県前橋市千代田町1-7-4 群馬メディカルセンター2階

TEL: 027-233-0026 FAX: 027-233-9966

URL: <http://www.gunmas.johas.go.jp/>

E-mail: [info@gunmas.johas.go.jp](mailto:info@gunmas.johas.go.jp)

---