


[ホームページ http://www.gummasanpo.jp/](http://www.gummasanpo.jp/)




-

場 所：前橋テルサ 8 階 けやきの間(前橋市千代田町 2-5-1)

また、日本医師会認定産業医制度における指定研修で、生涯専門3単位が取得できます。

日々の診察の傍ら、年間 8,000 件以上のメールによるメンタルヘルス相談の対応を行っており、昨年 10 月 2 日の朝日新聞朝刊 “ひと” に 《メールで月 600 件の心の病の相談にのる心療内科医》“として紹介されました。

※12月2日(火)、12月10日(水)「ゲートキーパー養成講座(ビギナーコース)」、12月25日(木)「ゲートキーパー養成講座(レベルアップコース)」は、都合により中止となりました。

日 程	テーマ	開催場所
☆産業医研修		
9月18日(木)	『メンタルヘルス不調者への気づきと対応 ～ 交流パターンを理解する ～ 』	前橋テルサ
10月 2日(木)	『 睡眠時無呼吸症候群について 』	前橋テルサ
10月16日(木)	『 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 』	ヤマダグリーン ドーム前橋
10月29日(水)	『 メンタルヘルス不調の発症から職場復帰までの 好事例と困難事例 』 ＊群馬衛生管理者協議会講演会	前橋テルサ
☆メンタルヘルス対策セミナー		
9月10日(水)	『 ゲートキーパー養成講座（レベルアップコース） 』	センター
9月19日(金)	『 カウンセリング・マインドで聴く ② 』	センター
10月 8日(水)	『 〈対話法〉とは何か？(相談とカウンセリングで役立つ コミュニケーション技法) 』	センター
10月17日(金)	『 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) 』	センター
10月29日(水)	『 メンタルヘルス不調の発症から職場復帰までの 好事例と困難事例 』 ＊群馬衛生管理者協議会講演会	前橋テルサ
11月12日(水)	『 〈対話法〉の応用(職場でのハラスメント予防とメンタルヘルス 向上を目指して) 』	センター

8月のセミナー結果

◎産業医研修

テ ー マ : 『社内禁煙の推進～職場内の喫煙対策～』

開催日時：8月7日(木)14:00～16:00

会 場：ヤマダグリーンドーム前橋 104会議室

講 師：川島 崇 氏(川島内科クリニック 院長)

参加者：29名

内 容：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。





また、受動喫煙防止に係る労働安全衛生法の改正により、受動喫煙防止対策の充実・強化が求められている状況で、どのような対応が必要なのか。

他地区での実例をふまえ、各種の対策を御紹介いただきました。

参加者からは「非常に為になった。機会あるごとに今回の講義を活かせればと思う」等の意見をいただきました。



テ ー マ : 『最近の労働衛生関係法令の動向』

開催日時 : 8月28日(木)14:00~16:00

会 場 : 前橋テルサ 9階つつじ

講 師 : 黛 邦男 氏(群馬労働局 労働基準部 健康安全課 主任労働衛生専門官)

参加者 : 38名

内 容 : 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いただきました。
6月25日に改正のあった労働安全衛生法についてお話しいただきました。

◎メンタルヘルス対策セミナー

テ ー マ : 『〈対話法〉の発展(伝達ミスとヒューマンエラーを予防するコミュニケーション)』

開催日時 : 8月7日(木)14:00~16:00

会 場 : 群馬メディカルセンター2F セミナールーム

講 師 : 浅野 良雄 氏(群馬産業保健総合支援センター カウンセリング担当相談員)

参加者 : 11名

内 容 : 言い忘れ、聞き間違い、思い込みは、事故やトラブルの要因の一つです。〈対話法〉が提唱する「確認型応答」(相手が言いたいことの要点を、相手に言葉で確かめる)は、これらの予防に役立ちます。セミナーでは、過去に起こったヒューマンエラーの事例を紹介しながら、適切なコミュニケーションのヒントについてお話しいただきました。



参加者からは、「日常の業務にそのまま利用できると思う」「事例説明もあり、伝達ミスの怖さと対話法の大切さを理解できた」「質問形式を入れていたので良かった」「さっそく職場内でやる為の計画準備を行い、皆で取り組んでいきたい」「確認不足や思い込みによるミスが多いので、確認型会話を取り入れたいと思う」等の意見をいただきました。

テ ー マ : 『ゲートキーパー養成講座(ビギナーコース)』

開催日時 : 8月19日(火)13:30~16:30

8月27日(水)13:30~16:30

会 場 : 群馬メディカルセンター2F セミナールーム

講 師 : 大小原 利信 氏(群馬産業保健総合支援センター メンタルヘルス対策促進員)

参加者 : 3名(8月19日)、4名(8月27日)

内 容 : ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人のことです。悩んでいる人は、孤独を感じていたり、周囲から孤立



したりして、相談につながらずに追いつめられている場合が多くあります。そのため、周りの人がそのサインに気づき、声をかけるなど、一步を踏み出す勇気が必要になります。

今回のセミナーでは、普段から周りの人たちとの信頼関係を持った関わり方ができるよう実習を交えながらわかりやすくお話いただきました。



参加者からは、「大変参考になった」「自分自身の振り返りにもなる」「自分を見つめ直すことができた」「3時間だと長いと思うが、この研修に関しては短くすら感じた。時間より内容が大事なのだと思う」「とても分かり易く、充実した時間を過ごせた。OKメッセージから始めたい」「適切な時間で、セミナー内容も具体的事例のあるお話で分かり易かった」「レベルアップセミナーも受けてみたい」「人数が少ないなりにとても集中してできた」「少人数の関わりをもって学習できた」「傾聴の仕方の知識習得ができた為有益だった」「単にゲートキーパーとしてだけでなく、他の場面でも有効である」「グループワークがある事により、他者の考えを知る事ができ知識習得が行える為良かった」「他の参加者の意見が聴けた」等の意見を得ました。

テ ー マ : 『自分と相手の「怒り」のマネジメント』

開催日時 : 8月22日(金)14:00~16:00

会 場 : 群馬メディカルセンター2F セミナールーム

講 師 : 鈴木 浄美 氏(群馬産業保健総合支援センター カウンセリング担当相談員)

参 加 者 : 10名

内 容 : 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。



職場でも様々な場面で生じる「怒り」の感情とうまく向き合うすべについてお話いただきました。



参加者からは「資料がよくまとまっていて分かり易かった」「配布資料がごちゃごちゃしてなくて見易かった」「一方的な講義で分かり易い」等の意見を得ました。

テ ー マ : 『カウンセリング・マインドで聴く①』

開催日時 : 8月29日(金)14:00~16:00

会 場 : 群馬メディカルセンター2F セミナールーム

講 師 : 菊池 智子 氏(群馬産業保健総合支援センター カウンセリング担当相談員)

参 加 者 : 7名

内 容 : カウンセリング・マインドという言葉は、日本人が作った和製英語なので、はっきりとした定義付けはありませんが、一般的には「カウンセリング的な考え方や手法を日常生活に活かしていくこと」を意味することが多いようです。

まず「カウンセリングとは何か?」という点について説明がありました。その後会話を通して人を助けたいと思っている人にとって、カウンセリング・マインドがいかに大切であるか、カウンセリング・マインドの基本となる、相手を理解するために必要な態度



や考え方、聴くための心構えについてお話いただきました。

参加者からは「自己一致がよく分かった」「カウンセリングとは何か、どんなものなのか少しだけ言葉として知った」「落ち着いて聞けた」「資料の文字が大きいので見易かった」等の意見をいただきました。

関係機関の動き

1. 労働災害のない職場づくりに向けた緊急対策を実施します(厚生労働省)

<http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/0000053429.html>

2. 10月1日～7日は「第65回 全国労働衛生週間」です。

スローガン 『 みんなで進める職場の改善 心とからだの健康管理 』

＊平成 26 年度のスローガンは、近年、過重労働による健康障害やメンタルヘルス不調などの健康問題が重要な課題となっていることや、労働者の健康確保の観点から健康診断の実施の徹底、健診結果に基づく事後措置などの適切な実施が重要となっていることから、労働者自身や管理監督者、産業保健スタッフが一丸となって健康管理を進め、労働者の健康が確保された職場の実現を目指すことを表しております。

<http://www.mhlw.go.jp/file/04-Houdouhappyou-11303000-Roudoukijunkyokuanzeniseibu-Roudouiseika/0000052914.pdf>

9月1～30日までを準備月間とし本週間に向け、県内各地で趣旨説明会が開催されます。

日程等は以下の通りです。

地区	開催日時	開催場所
高崎	9月11日(木) 13:30～	高崎市産業創造館
安中	9月19日(金) 15:30～	並木苑
富岡	9月24日(水) 15:00～	ヴァンベール(JA甘楽富岡)
松井田	9月24日(水) 15:30～	安中市役所松井田支所
下仁田	9月18日(木) 15:00～	下仁田林業総合センター
前橋	9月17日(水) 13:30～	群馬建設会館
伊勢崎	9月11日(木) 13:30～	伊勢崎商工会議所 大ホール
渋川	9月18日(木) 13:30～	ホワイトパーク
桐生	9月11日(木) 14:00～	桐生商工会議所(ケービックホール)
太田	9月11日(木) 13:30～	ティアラグリーンパレス
大泉	9月10日(水) 13:30～	大泉町文化むら
館林	9月 3日(水) 13:30～	ジョイハウス

=====

《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