



労働者健康福祉機構 熊本産業保健推進センター  
 〒860-0806 熊本市中央区花畑町9番24号住友生命熊本ビル3階  
 TEL: 096-353-5480 FAX: 096-359-6506  
 URL: <http://www.kumamoto-sanpo.jp>  
 E-mail: sanpo43@mvd.biglobe.ne.jp  
 メンタルヘルス対策支援センター  
 TEL: 096-359-9570 FAX: 096-359-9571  
 URL: <http://www.kumamoto-sanpo.jp/shien/index.html>  
 E-mail: mental-shien43@kumamoto-sanpo.jp

平成24年度の産業保健研修会をお知らせします。定員は25名、先着順での受付です。お早めにお申し込み下さい。（6月までの研修会「第1・四半期分」を掲載しました。）

研修会番号	研修日時	テーマと内容	手法	講師
受付開始		4月1日より受付開始		
1	4月13日(金) 14:00 ~16:00	職場における自殺の予防と対応(Ⅰ) 「自殺予防セミナー」より	質疑応答・講義	弓削病院 診療部長 岡田 修治
2	5月11日(金) 14:00 ~16:00	職場のリスクアセスメント(Ⅰ) 職場の災害による怪我や疾病予防のためのリスクアセスメントの手法を学び、日頃の保健活動に活用することを目指します。(基礎編)	講義・討議	労働衛生コンサルタント 産業医 小柳 敦子
3	5月16日(水) 14:00 ~16:00	心と健康を高める食生活 ①いきいき食事と免疫力アップで三大疾患を予防 ②食の安全性を考える。今、日本の食が危ない? ③食から始めるアンチエイジング。食品が持つ抗年齢物質 ④計算してみましょう。あなたに必要なエネルギー量は?	質疑応答・講義	中九州短期大学栄養学講師 管理栄養士 稲田 美和子
4	5月18日(金) 14:00 ~16:00	THP(心とからだの健康づくり)の取り入れ方 厚生労働省では、THP(トータル・ヘルスプロモーション・プラン)を愛称として、働く人の心とからだの健康づくりを推進しています。個人の生活習慣を見直し、若い頃から継続的で計画的な健康づくりを進めることで働く人がより健康になることを目標としています。今回は事業所での取り入れ方を紹介します。	実技研修	菊南病院 健康管理部 健康運動指導士 産業カウンセラー 中嶋 朋子
5	5月19日(土) 13:00 ~16:00 【土曜日開催】	【土曜日開催】平日参加が困難な方、是非ご参加ください。 働く人のストレス・マネジメント(Ⅰ)～ストレスを理解する～ ストレスによる心身の反応に気づき、そのメカニズムを理解し、予防する基本的な視点と方法を、実習を交えて学びます。	講義・実習	臨床心理士 キャリアカウンセラー 森川 泰寛
6	5月22日(火) 14:00 ~16:00	「新入社員のためのメンタルヘルス教育」対策 人事・総務が実施する入社時教育に取り入れたい「メンタルヘルス教育」のポイントと対策	講義・事例検討	保健師 シニア産業カウンセラー 労働衛生コンサルタント 廣瀬 靖子
7	5月24日(木) 14:00 ~16:00	労働者を守る各種保護具について考える 労働者の体を守る最後の砦としての「保護具」を対応身体部位別に考える。	質疑応答・講義	衛生工学衛生管理者 一級ボイラー技士 石原 徳一
8	5月28日(月) 14:00 ~16:00	労働安全衛生管理体制を裁判例から学ぶ 裁判例(数例を紹介する。)を見ながら、事業場において、どこまで労働衛生管理をしなければならないかを学ぶ。	質疑応答・講義	元ハセ労働基準監督署長 藤田 泰生

9	6月7日(木) 14:00 ~16:00	働く人のためのメンタルヘルス不調対策 企業でのメンタルヘルス不調対策の要点を、二次予防を中心に研修する。具体的な事例を紹介し、質疑応答も行う。	質疑応答・講義	熊本大学大学院 生命科学研究部 教授 加藤 貴彦
10	6月8日(金) 14:00 ~16:00	職場における自殺の予防と対応(Ⅱ) 「自殺予防セミナー」より	質疑応答・講義	弓削病院 診療部長 岡田 修治
11	◆ 6月9日(土) 10:00 ~15:00 【土曜日開催】	【土曜日開催】平日参加が困難な方、是非ご参加ください。 積極的関与法(入門編)～効果的な面接で信頼関係を築くために～ 参加者ミニライブを通じ、体感することで傾聴を学ぶ。	グループ討議	保健師 シニア産業カウンセラー 労働衛生コンサルタント 廣瀬 靖子 日本産業衛生学会産業保健師 保健師 産業カウンセラー 島村 桂子 健康運動指導士 産業カウンセラー 中嶋 朋子
12	6月14日(木) 14:00 ~16:00	交流分析を活用したメンタルヘルスケア その1 エゴグラムを活用して自己理解を深め、他者理解につなげ、スムーズな人間関係をめざします。	グループ討議	オフィス・コスモス代表 産業カウンセラー・心理種役員 森田 裕子
13	6月15日(金) 14:00 ~16:00	職場の転倒リスク回避のための簡単チェックとその強化法 「転倒・転落」といった労働災害は、加齢に伴い、特に50歳代から増加傾向を示し、それらの回避は重要な課題として位置づけられている。今回は、運動機能の低下や感覚機能の衰えなど、身体的な特性による内的リスク要因を明らかにするために、簡単なセルフチェックや体力チェックを行い、更にその強化法について紹介する。	実技研修	日本赤十字社 熊本健康管理センター 運動指導係長 宮本 裕士
14	6月18日(月) 14:00 ~16:00	作業環境管理の重要性と実施方法 作業環境管理の基礎、必要性について学ぶ。作業環境管理とは、どのような事を行うのか。作業環境管理の基礎や必要性及びその位置づけを学ぶ。作業環境測定とは何か、その測定結果から読み取れるものは何か等を学ぶ。 ※作業環境測定結果報告書があれば、お持ちください。	事例検討	第1種作業環境測定士 環境計量士 山口 浩一
15	6月23日(土) 13:00 ~16:00 【土曜日開催】	【土曜日開催】平日参加が困難な方、是非ご参加ください。 働く人のストレス・マネジメント(Ⅱ)～ストレスに対処する～ 誰でもできるストレス対処法として、リラクゼーション法やアロマ等の効果や活用の実践的なコツを体験的に学びます。	講義・実習	臨床心理士 キャリアカウンセラー 森川 泰寛
16	6月26日(火) 14:00 ~16:00	女性労働者の母性健康管理及び職場のセクシャルハラスメント対策について	講義・実習	熊本労働局 雇用均等室 同室担当官

熊本産業保健推進センター 送信先 FAX番号096-359-6506

ふりがな	会社名	所属部署
参加者氏名	会社住所	
希望研修会番号及び研修会日(複数の申込可)	① 研修会番号 号 開催日 月 日 ② 研修会番号 号 開催日 月 日 ③ 研修会番号 号 開催日 月 日	④ 研修会番号 号 開催日 月 日 ⑤ 研修会番号 号 開催日 月 日 ⑥ 研修会番号 号 開催日 月 日
連絡担当者	参加者と違う場合に記入 会社電話番号	会社 FAX番号

※FAX送信票等は不要です。この用紙を送信ください。

裏面へ続く！！

- 研修会は、産業医・保健師・看護師・衛生管理者・人事労務担当者のほか、どなたでも参加できます。
- 研修日の頭に「◆」が付いたものは、主として産業医を対象としたものです。生涯研修4単位を予定。
- 会場は、産業保健推進センターが入所している住友生命熊本ビル2階の供用会議室です。
- 受講料は、“無料”です。

◎ 4月1日から『産業保健相談員』の相談日が一部変更となっています。各分野の相談員が予約面談〔ご来所〕、電話、メール、FAXでのご相談にお応えします。相談員体制及び出勤一覧は、以下のとおりです。

### 産業保健基幹相談員

平成24年 4月 1日現在

担当分野	氏名	所属機関等	相談日
産業医学	小柳 敦子	産業医・労働衛生コンサルタント 日本産業衛生学会認定専門医	第1金曜日
産業医学	上田 厚	元熊本大学大学院環境保健医学分野教授 現 名誉教授	第4水曜日
産業医学	加藤 貴彦	熊本大学大学院 生命科学研究部 環境生命科学講座 公衆衛生・医療科学分野 教授	第2木曜日
労働衛生工学	石原 徳一	元YKK AP(株)九州事業所 衛生工学衛生管理者・一級ボイラー技士	第4木曜日
労働衛生工学	山口 浩一	元(株)同仁グローバル取締役 第一種作業環境測定士・環境計量士	第3月曜日
メンタルヘルス	岡田 修治	医療法人佐藤会 弓削病院診療部長	第2金曜日
労働衛生関係法令	藤田 泰生	元八代労働基準監督署長	第1月曜日
カウンセリング	廣瀬 靖子	保健師 産業カウンセラー 労働衛生コンサルタント	第2・第4火曜日
カウンセリング 保健指導	島村 佳子	保健師 産業カウンセラー 日本産業衛生学会産業看護師	毎週水曜日

### メンタルヘルス対策支援センター促進員

メンタルヘルス相談	森田 裕子	オフィスコスモス 代表 産業カウンセラー 心理相談員	第3金曜日
メンタルヘルス相談	中嶋 朋子	菊南病院健康管理部 心理相談員 健康運動指導士	第1木曜日
メンタルヘルス相談	森川 泰寛	ヒューマンケア熊本 代表 臨床心理士 キャリアカウンセラー	第3木曜日
メンタルヘルス相談	吉良 宗子	熊本セントラル病院 健診センター 産業カウンセラー	第4金曜日
メンタルヘルス相談	東本 君子	特定社会保険労務士 2級キャリア・コンサルティング技能士 産業カウンセラー 心理相談員	第2月曜日 第3火曜日
メンタルヘルス相談	平田 啓三	産業カウンセラー キャリア・コンサルタント 心理相談員	第火木曜日

### 平成24年度 相談員出勤一覧表

	第1週	第2週	第3週	第4週	第5週
月	藤田	東本	山口		
火	平田	廣瀬	東本	廣瀬	
水	島村	島村	島村	上田 島村	島村
木	中嶋	加藤	森川	石原	
金	小柳	岡田	森田	吉良	

◎ “平成24年度のメンタルヘルス対策支援センター事業”今年もご利用をお待ちいたします。

メンタルヘルス対策支援センターでは、対面、電話、ファックス、メールによりメンタルヘルス（心の健康問題）対策全般についての相談に応じます。

また、事業場を訪問して、メンタルヘルス対策の実施について専門家（促進員・相談員）がアドバイスします。

提供するサービスはすべて無料ですので、お気軽にご相談ください。

### 事業場の取組事項と主な支援内容

安全衛生委員会	<ul style="list-style-type: none"> <li>メンタルヘルスケアの推進は、事業者が労働者の意見を聞きつつ事業場の実態に即した取組を行うことが必要です。まずは、できることから始めましょう。</li> <li>対策の実施内容と体制を整備するための進め方、個人情報の保護に関する規定の策定等も安衛委員会等で十分調査審議を行うことが重要です。</li> </ul>
心の健康づくり計画の策定	<ul style="list-style-type: none"> <li>メンタルヘルスケアは中長期視野に立って、継続的かつ計画的に行われることが重要です。</li> <li>「心の健康づくり計画」に盛り込むべきこと。①事業者がメンタルヘルスケアを積極的に推進する旨の表明②体制整備③問題点の把握とケアの実施④人材確保及び事業場外資源活用⑤健康情報の保護⑥実施状況の評価及び見直しなど</li> </ul>
事業場内体制整備	<ul style="list-style-type: none"> <li>事業場内の体制整備が重要です。</li> <li>①産業医等：専門的立場での対策の企画（助言・指導） ②推進担当者：対策の企画・立案、相談窓口 ③衛生管理者：教育研修の企画、相談体制づくり等 ④人事労務管理：労働条件の改善、労働者の適正配置等</li> </ul>
職場環境の把握と改善	<ul style="list-style-type: none"> <li>労働者の心の健康には、職場環境・心身疲労回復のための施設及び設備、労働時間、仕事の質と量、ハラスメントを含む人間関係が起因します。メンタルヘルスの未然防止を図る観点から職場環境等の改善に積極的に取り組む必要があります。</li> </ul>
職場復帰支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>メンタルヘルスの不調により休業した労働者が円滑に職場復帰し、再発を防止するために・・・</li> <li>職場復帰支援プログラムを策定する。同プログラムの労働者への周知、事業場内（産業保健スタッフ）・事業場外資源（医療機関等）の活用</li> </ul>
教育研修の実施	<ul style="list-style-type: none"> <li>管理監督者（上司その他労働者に指揮命令する者）、その他全ての労働者に対して、教育研修、情報提供を行うことが必要です。</li> <li>メンタルヘルス対策支援センターにおいても、促進員が事業場に伺い、管理監督者教育のお手伝いをします。</li> </ul>

### 産業保健推進センターからのご案内

- 産業保健に関すること何でもご相談下さい。相談はどなたでも大丈夫です。個人情報保護を最優先にして秘密は厳守します。
- 産業保健に関する情報を提供しています。メルマガは毎月発行。産業保健かわら版及び産業保健21は、季刊発行します。「メールアドレス」の登録をお願いします。
- メール相談や研修会の申し込み、図書・作業環境測定機器の閲覧や貸出の申し込みは、ホームページからも行えます。是非一度アクセスして下さい。ご利用をお待ちしております。

熊本産業保健推進センターアドレス

ホームページ <http://www.kumamoto-sanpo.jp/>

メールアドレス [sanpo43@mvd.biglobe.ne.jp](mailto:sanpo43@mvd.biglobe.ne.jp)