



— 2020 / 11 / 16 —

おおいた産保メールマガジン 第233号

発行者：大分産業保健総合支援センター



O i t a



◆◆◆ 本号のヘッドライン（主な記事） ◆◆◆

◆◆◆ お 知 ら せ ◆◆◆

■産業医研修（延期、開催日別途連絡分）の日程が決まりました。（当センター）

■「職場におけるメンタルヘルス対策等の推進」について（厚生労働省、当センター）

◆◆◆ 令和2年度産業保健研修会のご案内（令和2年11月～令和3年3月） ◆◆◆

◆◆+.....+◆◆

◆◆◆ お 知 ら せ ◆◆◆

■産業医研修（延期、開催日別途連絡分）の日程が決まりました。（当センター）

コロナウイルス感染症の影響で延期していた研修、ならびに、開催日別途連絡としておりました研修の日程が決定したのでお知らせします。（日本医師会単位申請中）

《延期していた研修》

★第2回 「さまざまうつとその治療やリワーク」 【生涯専門2単位】

- ・ 日程：令和3年2月8日(月) 18:30～20:30
- ・ 講師：寺尾 岳 先生
- ・ 会場：大分県医師会館 6階研修室1

《開催日別途連絡としていた研修》

★第31回 「じん肺診断書の作成」 【生涯実地2単位】

- ・ 日程：令和3年2月2日(火) 18:30～20:30
- ・ 講師：津田 徹 先生 、 大神 明 先生
- ・ 会場：大分県医師会館 6階研修室1

★第32回 「騒音の作業環境管理、作業管理について」 【生涯専門2単位】

- ・日程：令和3年3月1日(月) 18:30～20:30
- ・講師：渡辺 哲生 先生
- ・会場：大分県医師会館 6階研修室1

研修の概要、ならびに申込はこちら→ <https://oitas.johas.go.jp/study-index/>

■「職場におけるメンタルヘルス対策等の推進」について (厚生労働省、当センター)

職場におけるメンタルヘルス対策等の推進について「なにをどうしたら良いかわからない！」という問合せをお受けすることがありますので、メンタルヘルス対策について参考となるホームページ等をご案内します。

(1) 第13次労働災害防止計画(大分労働局版)のポイント (A4 4ページ)

大分労働局は、標記リーフレットの4ページに「職場におけるメンタルヘルス対策等の推進」として13項目のメンタルヘルス対策を挙げています。ご自分の事業場が13項目中、どの項目を実施しているか確認してみたいかでしょうか? (目安:労働者数50人以上の事業場は3項目以上、労働者数30人以上の事業場は1項目以上)

「今後、どの項目について、どのように取り組むか?」など、職場におけるメンタルヘルス対策推進の検討材料等としてもご活用ください。

<https://jsite.mhlw.go.jp/oita-roudoukyoku/content/contents/000240100.pdf>

(2)「RELAX(リラックス) 職場における心の健康づくり」(A4 26ページ)

厚生労働省は、第13次労働災害防止計画(2018年4月～2023年3月)におけるメンタルヘルス対策の取り組みについて、わかりやすく解説した標記パンフレットを用意しています。

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000055195\\_00002.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000055195_00002.html)

(3)「労働者の心の健康の保持増進のための指針」

厚生労働省は「労働者の心の健康の保持増進のための指針」(メンタルヘルス指針、平成18年3月策定、平成27年11月30日改正)を定め、職場におけるメンタルヘルス対策を推進しています。 <https://www.mhlw.go.jp/hourei/doc/kouji/K151130K0020.pdf>

(4) こころの耳(働く人のメンタルヘルス全般について)

厚生労働省は、こころの不調や不安に悩む働く方や、手助けをされるご家族の方、職場のメンタルヘルス対策に取り組む事業者の方などの支援や、役立つ情報の提供を目的に作られた、働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト「こころの耳」を用意しています。

こころの耳は、利用される方に合わせて「働く方」「ご家族の方」「事業者・上司・同僚の方」「支援する方」の4つに情報を分類しています。

また、内容により「相談する」「知る・調べる」「学ぶ・実践する」の3つのカテゴリに分類して解説しています。職場におけるメンタルヘルスに関する情報が、総合的かつ分かりやすくまとめられていますので、是非一度ご覧ください。

<https://kokoro.mhlw.go.jp/>

(5) メンタルヘルス対策の個別訪問支援（個別相談）や出前研修

大分産業保健総合支援センターは、メンタルヘルス対策の専門家が事業場を個別訪問し、事業場の実態に応じたメンタルヘルス対策等の助言・相談や、管理監督者研修・労働者向研修等の出前研修を実施しています。お気軽にお問い合わせください。（労災保険対象事業場は無料）

電話 097-573-8070 メール [info@oitas.johas.go.jp](mailto:info@oitas.johas.go.jp)

ホームページ <https://oitas.johas.go.jp/>

◆◇+.....+◇◆

◆◇◆ 令和2年度産業保健研修会のご案内（令和2年11月～令和3年3月） ◆◇◆

※研修申込みはFAXまたはメールにてお願いします。

※研修の約1週間前に「研修案内」をFAX、メールでお送りしますので、研修内容・日時・場所・受付番号をご確認ください。

oo

■産業医研修

※本研修は、生涯研修のための更新研修、実地研修、専門研修です。

新規に産業医になるための、基礎研修の単位取得はできませんので、ご注意ください。

- \* 産業医研修の単位シールは研修終了後にお渡しいたします。
- \* 遅刻・早退の場合は単位取得の要件を満たさないため、単位シールは交付できません。
- \* 遅刻・早退が見込まれる場合は、別の日の受講をご検討下さい。

★第27回「職場における感染症予防対策」 【生涯専門2単位】

日時：11月19日（木）18：30～20：30

講師：明石 光伸 先生（相談員 明石Mクリニック院長 大分県厚生連鶴見病院名誉院長）

会場：大分県医師会館 6階研修室1

★第28回「歯科産業保健」 【生涯専門2単位】

日時：11月24日（火）18：30～20：30

講師：安東 俊介 先生（相談員 安東歯科医院 院長）

会場：大分県医師会館 6階研修室1

★第29回「労働安全衛生と医薬品」 【生涯専門2単位】

日時：12月25日（金）18：30～20：30

講師：今井 浩光 先生（相談員 大分大学医学部 医療倫理学講座 教授）

会場：大分県医師会館 6階研修室1

★第30回「過重労働による健康障害防止対策」 【生涯専門2単位】

日時：1月19日（火）18：30～20：30

講師：細川 隆文 先生（相談員 細川内科クリニック 院長）

会場：大分県医師会館 6階研修室1

★第31回「じん肺診断書の作成」 【生涯実地2単位】【日程決定】

日程：令和3年2月2日（火）18：30～20：30

講師：津田 徹 先生（相談員 霧ヶ丘 つだ病院 院長）、大神 明 先生（相談員 産業医科大学産業生態科学研究所 作業関連疾患予防学研究室 教授）

会場：大分県医師会館 6階研修室1

★第2回「さまざまなうつとその治療やリワーク」 【生涯専門2単位】【4月から変更】

日程：令和3年2月8日（月）18：30～20：30

講師：寺尾 岳 先生（相談員 大分大学医学部 精神神経医学講座 教授）

会場：大分県医師会館 6階研修室1

★第32回「騒音の作業環境管理、作業管理について」 【生涯専門2単位】【日程決定】

日程：令和3年3月1日（月）18：30～20：30

講師：渡辺 哲生 先生（相談員 大分大学医学部 耳鼻咽喉科学講座 准教授）

会場：大分県医師会館 6階研修室1

★第33回「健康診断結果の判定（事例検討）」 【生涯実地2単位】

日程：令和3年3月11日（木）18：30～20：30

講師：谷口 邦子 先生（相談員）

会場：大分県医師会館 6階研修室1

研修内容と申込み→ <https://oitas.johas.go.jp/study-index/>

■衛生管理者等研修

※本研修は、衛生管理者等の資格をお持ちでない方も参加歓迎です。研修後に職場における産業保健に係る質問・相談もお受けします。

## 1 ≪基礎コース≫

### ★衛基第7回【定員20名】

「労働衛生関係法令の基礎（4回目）」

日時：11月25日（水）14：00～16：00

講師：吉良 一樹 先生（相談員 きら労働衛生コンサルタント事務所 代表）

会場：アートプラザ 2階 研修室

### ★衛基第8回【定員20名】

「衛生管理計画の立て方と実践」

日時：12月23日（水）14：00～16：00

講師：吉良 一樹 先生（相談員 きら労働衛生コンサルタント事務所 代表）

会場：アートプラザ 2階 研修室

### ★衛基第9回【定員20名】

「職場のストレスを緩和するコミュニケーションのあり方」

日時：1月21日（木）14：00～16：00

講師：上野 徳美 先生（相談員 大分大学名誉教授）

会場：アートプラザ 2階 研修室

### ★衛基第10回【定員20名】

「心肺蘇生法とAED体験研修（普通救命講習：3時間講習）」

日時：1月21日（木）13：30～16：30

講師：田吹 好美 先生（相談員 翔労働衛生コンサルタント事務所 所長）

会場：アートプラザ 2階 研修室

研修内容と申込み→ <https://oitas.johas.go.jp/study-index/>

## 2 ≪特定テーマコース≫

※本コースは、資格をお持ちでない方でも、どなたでも参加できます。衛生管理者を目指す方もお気軽にどうぞ！

### ★衛特第14回【定員20名】【日程変更 18日→17日】

「メンタルヘルス対策」

日時：11月17日（火）14：00～16：00

講師：増井 太郎 先生（相談員 社会医学系専門医制度指導医 日本産業衛生学会専門医指

導医 産業保健事務所 代表)

会場：コンパルホール 304会議室

★衛特第15回【定員20名】

「過重労働による健康障害防止対策」

日時：11月19日(木) 14:00~16:00

講師：細川 隆文 先生(相談員 細川内科クリニック 院長)

会場：アートプラザ 2階 研修室

★衛特第16回【定員20名】

「ストレス判定図の見方と活用【ストレスチェック制度】」

日時：12月9日(水) 14:00~16:00

講師：田吹 好美 先生(相談員 翔労働衛生コンサルタント 事務所 所長)

会場：アートプラザ 2階 研修室

★衛特第17回【定員20名】

「管理監督者のリーダーシップと働く人の意欲、メンタルヘルス」

日時：12月17日(木) 14:00~16:00

講師：上野 徳美 先生(相談員 大分大学名誉教授)

会場：アートプラザ 2階 研修室

★衛特第18回【定員20名】

「行動科学を活かした健康管理活動1(講義編)」

日時：1月29日(金) 14:00~16:00

講師：高波 利恵 先生(相談員 活力職場研究所 代表)

会場：アートプラザ 2階 研修室

※第21回(2月26日)の(実習編)を併せて受講することをお勧めします。

★衛特第19回【定員20名】

「生活習慣病予防のための 身体活動と食生活」

日時：2月19日(金) 14:00~16:00

講師：太田 雅規 先生(相談員 大分大学名誉教授)

会場：アートプラザ 2階 研修室

★衛特第20回【定員20名】

「健康診断の見方と その活用法」

日時：2月12日(金) 14:00~16:00

講師：谷口 邦子 先生（相談員）

会場：アートプラザ 2階 研修室

★衛特第21回【定員20名】

「行動科学を活かした健康管理活動2（実習編）」

日時：2月26日（金）14：00～16：00

講師：高波 利恵 先生（相談員 活力職場研究所 代表）

会場：アートプラザ 2階 研修室

※第18回（1月29日）の（講義編）を併せて受講することをお勧めします。

研修内容と申込み→ <https://oitas.johas.go.jp/study-index/>

■職場の「心の健康づくり」のためのカウンセリング研修

傾聴を身に着けていただくため、毎週第2火曜日（注）の夜間に実施します。未経験の方でも体験いただける内容です。興味のある方はお気軽にご参加ください。（注：第2火曜日以外に設定する月もありますのでご確認ください。）

★第9回「積極的傾聴のグループワーク（かかわり技法）」

日時：12月8日（火）18：30～20：30

講師：渡嘉敷 新典 先生（相談員 シニア産業カウンセラー）

会場：アートプラザ 2階 研修室

★第10回「積極的傾聴のグループワーク（かかわり技法）」

日時：1月12日（火）18：30～20：30

講師：渡嘉敷 新典 先生（相談員 シニア産業カウンセラー）

会場：アートプラザ 2階 研修室

★第11回「積極的傾聴のグループワーク（話の要約）」

日時：2月9日（火）18：30～20：30

講師：渡嘉敷 新典 先生（相談員 シニア産業カウンセラー）

会場：アートプラザ 2階 研修室

★第12回「積極的傾聴のグループワーク（話の要約）」

日時：3月9日（火）18：30～20：30

講師：渡嘉敷 新典 先生（相談員 シニア産業カウンセラー）

会場：大分市内（別途連絡）

※新型コロナウイルス感染症の拡大状況によっては、中止・変更の可能性があります。  
ホームページ等でご確認ください。

研修内容と申込み→ <https://oitas.johas.go.jp/study-index/>

◆◇+.....+◇◆

※メールアドレスの変更、配信停止、ご意見・ご感想は、[info@oitas.johas.go.jp](mailto:info@oitas.johas.go.jp)  
までお願いします。皆様のご意見をお待ちしています。

今月も最後までお読みいただきまして、ありがとうございました。

■□

独立行政法人 労働者健康安全機構 大分産業保健総合支援センター  
〒870-0046 大分市荷揚町3番1号 いちご・みらい信金ビル6階  
TEL: 097-573-8070 FAX: 097-573-8074  
<https://www.oitas.johas.go.jp> / E-mail: [info@oitas.johas.go.jp](mailto:info@oitas.johas.go.jp)