

## 衛生管理者・産業看護職・事業主等研修 1 基礎コース



受講に特別な資格は不要です。どなたでも受講できます。初めて労働衛生管理に従事する方にお勧めです。

番号	日時	テーマ	講師	会場
終了しました				
1	令和6年 5月8日(水) 14:00~16:00	<b>酷暑における健康管理のポイント～熱中症予防を中心に～</b> 熱中症予防はもちろん、活き活きと働くためには季節に応じた健康管理が必要です。はたらく人にとってほしい夏の健康管理のポイントを解説します。	高波 利恵 相談員	大分市 アート プラザ 研修室
終了しました				
2	令和6年 5月28日(火) 14:00~16:00	<b>積極的傾聴のグループワーク1〈基礎〉</b> 傾聴とは、相手の気持ちに関心を持ち、積極的な姿勢で聴くことです。相談を聴くときに傾聴の姿勢を示すだけで、話し手は素直に気持ちを話すことができます。この研修では、傾聴技法の実習を行い、実習後に話し手・聴き手双方から感想、質疑応答を行います。他者の考えを聞くことで自分の思考の偏りや自動思考に気づくことができます。	渡嘉敷 新典 相談員	大分市 アート プラザ 研修室
終了しました				
3	令和6年 6月5日(水) 14:00~16:00	<b>職場巡視のすすめ方と活用について</b> 職場巡視の目的、方法、着眼点、巡視記録の作成、事後措置について解説します。	江口 美和 相談員	大分市 アート プラザ 研修室
4	令和6年 7月16日(火) 14:00~16:00	<b>働く人のストレスとセルフケア、ラインケア</b> 働く人のストレスとセルフケアの方法やラインケアのあり方について解説します。	上野 徳美 相談員	大分市 アート プラザ 研修室
5	令和6年 8月8日(木) 14:00~16:00	<b>ストレスチェックの導入から活用まで</b> ストレスチェックは、働く人の健康と企業活動に役立つヒントが盛りだくさんです。導入から集団分析の活用まで、ポイントを解説します。	高波 利恵 相談員	大分市 アート プラザ 研修室

番号	日時	テーマ	講師	会場
6	令和6年 8月13日(火) 14:00~16:00	<b>積極的傾聴のグループワーク2〈かかわり技法〉</b> 前回の振り返りの後、基礎の内容に加えて、かかわり技法について体験学習します。かかわり技法は、聴き手の聴く態度が話し手に伝わり、相互の信頼関係を構築する大切なスキルです。前回不参加の方にも丁寧に説明しますので安心して参加できます。	渡嘉敷 新典 相談員	大分市 アート プラザ 研修室
7	令和6年 9月11日(水) 14:00~16:00	<b>健康診断と事後措置</b> 職場の健康管理の一部である健康診断と事後措置について解説します。	若林 慎二 副所長	大分市 アート プラザ 研修室
8	令和6年 10月2日(水) 14:00~16:00	<b>メンタルヘルスマネジメント～自己理解からつながる他者理解～</b> 自己理解を深めることで他者理解が進み、対人ストレスが軽減もしくは解消することがあります。職場での良好な人間関係や職場環境の醸成にお役立てください。	江口 美和 相談員	大分市 後日 決定
9	令和6年 10月23日(水) 14:00~16:00	<b>産業保健活動のチームでの進め方</b> 産業保健チームによる活動を進めるに当たって、各職の強みを生かした役割分担と連携について解説します。	若林 慎二 副所長	大分市 後日 決定
10	令和6年 11月21日(木) 14:00~16:00	<b>過重労働による健康障害防止対策</b> 過重労働は労働者に疲労、睡眠不足、そして睡眠負債による睡眠障害、生活習慣病、うつを発現をもたらします。さらに事故、心・脳血管病、精神障害を招き、死の転帰をとることもあります。疲労、睡眠、ストレスに重点を置き、面接指導による対策を解説します。	細川 隆文 相談員	大分市 後日 決定



番号	日時	テーマ	講師	会場
11	令和 6 年 12 月 5 日(木) 14:00~16:00	<b>化学物質管理に係る労働衛生関係法令について</b> 化学物質管理の労働衛生関係法令の概要説明と Create simple の使い方も含め、解説します。	六田 克美 相談員	大分市 後日 決定
12	令和 6 年 12 月 17 日(火) 14:00~16:00	<b>職場のコミュニケーションと働く人の心の健康</b> 職場のコミュニケーションや人間関係のありようと心の健康や働く意欲について解説します。	上野 徳美 相談員	大分市 後日 決定
13	令和 7 年 1 月 10 日(金) 14:00~16:00	<b>高齢労働者の健康管理対策について</b> 健康診断についても事例検討についても高齢労働者への配慮が必要になってきました。いろいろな場合を一緒に考えてみましょう。	谷口 邦子 相談員	大分市 後日 決定
14	令和 7 年 1 月 28 日(火) 14:00~16:00	<b>産業保健・産業看護活動の考え方と進め方</b> 事例や場面を通して産業保健スタッフ・産業看護職としての考え方や進め方を解説します。日頃の活動で悩みや困りごとのある方もない方も、産業保健チームで自分の役割に迷いがある方もお気軽にご参加ください。この研修で明日への活力を得ていただきたいと思います。	高波 利恵 相談員	大分市 後日 決定
15	令和 7 年 2 月 4 日(火) 14:00~16:00	<b>積極的傾聴のグループワーク 3 〈話の要約〉</b> 前回までの振り返りの後、基礎の内容に加えて、かわり技法、話の要約について体験学習します。話の要約は、聴き手が聴いた話し手の内的世界を確認する最終的なスキルです。前回不参加の方にも丁寧に説明しますので安心して参加できます。	渡嘉敷 新典 相談員	大分市 後日 決定