

衛生管理者等研修1 基礎コース

番号	日時	テーマ	講師	会場
終了しました				
1	5月20日(火) 14:00~16:00	働く人のストレスを軽減するセルフケアとラインケア 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	コンパル ホール 305
終了しました				
2	6月4日(水) 14:00~16:00	職場巡視のすすめ方と活用について 初めて職場巡視を行う方のために、準備段階の5W1Hを具体例にて説明します。「高年齢労働者の安全と健康確保のためのガイドライン（エイジフレンドリーガイドライン）」や転倒・腰痛防止における巡視ポイント等を解説します。	江口 美和 相談員	アート プラザ 研修室
終了しました				
3	7月22日(火) 14:00~16:00	働く人の燃え尽きの予防と離職防止 働く人のメンタルヘルス不調や燃え尽き症候群の予防と離職防止について概説します。	上野 徳美 相談員	アート プラザ 研修室
終了しました				
4	8月8日(金) 14:00~16:00	ストレスチェックの導入から活用まで 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	アート プラザ 研修室
終了しました				
5	10月1日(水) 14:00~16:00	化学物質管理に係る労働衛生関係法令について 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	アート プラザ 研修室
終了しました				
6	11月20日(木) 14:00~16:00	過重労働による健康障害防止対策 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、うつ病の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	アート プラザ 研修室
7	令和7年 12月9日(火) 14:00~16:00	職場のコミュニケーションと働く人の意欲、心の健康 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	アート プラザ 研修室

番号	日時	テーマ	講師	会場
8	令和8年 1月 28日(水) 14:00~16:00	産業保健・産業看護活動の考え方と進め方 (グループワーク) 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考えています。	高波 利恵 相談員	アート プラザ 研修室
9	令和8年 2月 4日(水) 14:00~16:00	新入社員の育成について ～メンタルヘルスの観点から～ 新入社員の受け入れを想定し、新人期に抱えがちな悩みや不安の傾向を捉え、相互理解を深めることや、職場の心理的安全性を高めるにはどうすればいいのかを考える場にしたいと思います。	江口 美和 相談員	アート プラザ 研修室