

# 富山産業保健総合支援センターからのお知らせ

( 2 0 1 9 年度 産業保健セミナー等のご案内) 2019年10月

※次回の発行予定は2020年1月上旬です。

当センターが2020年3月までに開催が決定した産業保健セミナー等は、本頁及び次頁（見開き一覧表）のとおりです。

## 産業保健セミナー

【会場：インテックビル2階会議室 定員：24名】

| 【セミナーコード】<br>開催日時                    | テ ー マ (内 容)                                                                                                                                       | 講 師                                                                |
|--------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|
| 【産セ1011】<br>10月11日(金)<br>14:00～16:00 | 精神障害者雇用の現状と課題<br>精神障害者雇用の現状と課題についてお話しします。                                                                                                         | 平野 正治<br>当センター相談員<br>富山中央診療所所長                                     |
| 【産セ1016】<br>10月16日(水)<br>14:00～16:00 | コミュニケーションスキルの向上 ～対人関係はこれで鬼に金棒～<br>人生いつも気の合う人とばかり出会うとは限りません。傾聴技法を身につけて苦手な人とも上手に付き合うことができれば鬼に金棒。コミュニケーション力は見違えるように改善されます。ひいては自己の能力を存分に発揮できるようになります。 | 岸 弘市<br>岸アトラライフ研究所 代表<br>石川産業保健総合支援センター相談員<br>産業カウンセラー/キャリアコンサルタント |
| 【産セ1031】<br>10月31日(木)<br>14:00～16:00 | 喫煙対策<br>～ 禁煙指導と受動喫煙対策 ～                                                                                                                           | 松永 康弘<br>当センター相談員<br>清風台クリニック院長                                    |
| 【産セ1106】<br>11月6日(水)<br>14:00～16:00  | 「聞き上手はコミュニケーション上手 ～傾聴技法を身に付ける～<br>良い人間関係をつくるには、「言う」ことよりも「聞く」ことが大切です。人は自分の話を聞いてほしい欲求があります。相手の言葉の裏にある気持ちまでを聞き取る傾聴技法を身につけて、良いコミュニケーションの快適職場をつくりましょう。 | 岸 弘市<br>岸アトラライフ研究所 代表<br>石川産業保健総合支援センター相談員<br>産業カウンセラー/キャリアコンサルタント |
| 【産セ1108】<br>11月8日(金)<br>14:00～16:00  | 職場のストレス対策<br>職場のストレスを減らす方策、対処法を考えます。                                                                                                              | 稲寺 秀邦<br>当センター相談員<br>富山大学医学部教授                                     |
| 【産セ1113】<br>11月13日(水)<br>14:00～16:00 | さよならメタボ！今日からできる簡単ダイエットあれこれ<br>「ダイエットは難しい」 そんな言い訳をするメタボさんに教えたいくなるダイエットの小ネタが満載です。                                                                   | 坪田 聡<br>当センター相談員<br>雨晴クリニック 副院長                                    |
| 【産セ1114】<br>11月14日(木)<br>14:00～16:00 | 職業性腰痛について<br>職場における腰痛予防対策指針についてお話しします。                                                                                                            | 長田 茂樹<br>当センター相談員<br>長田整形外科クリニック院長                                 |
| 【産セ1128】<br>11月28日(木)<br>14:00～16:00 | ストレスチェック制度の活用<br>集団分析を活用した職場環境改善                                                                                                                  | 山崎 勝<br>当センターメンタルヘルス対策促進員<br>両立支援促進員                               |
| 【産セ1206】<br>12月6日(金)<br>14:00～16:00  | 職場の作業環境測定について<br>簡易測定器の使用と作業環境改善についてお話しします。                                                                                                       | 小笹 隆<br>当センター相談員                                                   |
| 【産セ1212】<br>12月12日(木)<br>14:00～16:00 | 「職場復帰支援プログラムで人材活用」<br>心の健康問題は個人差が大きい、職場復帰支援は必要と思っても、どうしたらよいかかわからない企業が多いようです。個別事情に応じつつ組織的に無理なく効果的なプログラムを作成し、貴重な人材を活かしましょう。                         | 岸 弘市<br>岸アトラライフ研究所 代表<br>石川産業保健総合支援センター相談員<br>産業カウンセラー/キャリアコンサルタント |
| 【産セ0124】<br>1月24日(金)<br>14:00～16:00  | あなたの心を軽くするストレスケア講座<br>様々な悩みの種類を抱えながら、日々頑張っている方に届ける、心を軽くする方法をお伝えします。楽しみながら気付ける実践ワークを行います。                                                          | 大栄 美和子<br>S M K (株)富山事業所管理課<br>心理相談員                               |
| 【産セ0226】<br>2月26日(水)<br>14:00～16:00  | 事例にみるメンタルヘルス問題と安全配慮義務(2)<br>今回は「プライバシー権」について考えてみます。                                                                                               | 山崎 勝<br>当センターメンタルヘルス対策促進員<br>両立支援促進員                               |

## 相談対応力向上セミナー

【会場:インテックビル2階会議室 定員24名】

| 【セミナーコード】<br>開催日時                   | テ マ (内 容)                                                                      | 講 師                                     |
|-------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| 【相セ1008】<br>10月8日(火)<br>14:00~16:00 | リラクゼーション技法<br>セルフケアのために有用なリラクゼーション技法として、筋弛緩法と自律訓練法を体験していただきます。                 | 大平 泰子<br>当センター相談員<br>富山国際大学准教授<br>臨床心理士 |
| 【相セ0220】<br>2月20日(木)<br>14:00~16:00 | 自律訓練法の指導法<br>ロールプレイなどで、指導の仕方を学びましょう。他者に指導する前に、あらかじめ、自分自身で自律訓練法の練習を経験しておいてください。 |                                         |

## 回復力UPセミナー・セルフケアセミナー

【会場:インテックビル2階会議室 定員24名】

| 【セミナーコード】<br>開催日時                    | テ マ (内 容)                                                                              | 講 師                                                                                 |
|--------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| 【回セ1112】<br>11月12日(火)<br>14:00~16:00 | 1.ビジネスに役立つマインドフルネス<br>「Google」を始め、多くの企業が注目するマインドフルネスの効用と仕組みをご紹介しますとともに、プラクティクスガイドをします。 | 小松 紀美子<br>当センター相談員<br>メンタルヘルス対策促進員<br>両立支援促進員<br>一般財団法人北陸予防医学協会<br>産業カウンセラー・精神保健福祉士 |
| 【回セ1119】<br>11月19日(火)<br>14:00~16:00 | 2.ビジネス現場のアンガーマネジメント<br>怒りのメカニズムから、硬直した関係の修復、怒りのおさえ方等についてお伝えします。                        |                                                                                     |
| 【回セ1126】<br>11月26日(火)<br>14:00~16:00 | 3.疲れが消えるすっきり習慣<br>疲労はどこから来るのか。疲労の正体を知って、回復に必要な生活習慣をお伝えします。                             |                                                                                     |

## カウンセリングと色彩脳トレのコラボ研修

【会場:インテックビル2階会議室 定員24名】

| 【セミナーコード】<br>開催日時                     | テ マ (内 容)                                                                            | 講 師                                                                     |
|---------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| 【色彩カ1023】<br>10月23日(水)<br>13:30~16:30 | 「感性を磨いて豊かな自己表現力を身につける」<br>自己表現の5つの基本。感性豊かな表現力を万葉集に学び、色と言葉で自己表現する演習を通してストレスに強い心を育みます。 | ○ 岸 弘市<br>岸アトラライフ研究所 代表<br>石川産業保健総合支援センター相談員<br>産業カウンセラー<br>キャリアコンサルタント |
| 【色彩カ1127】<br>11月27日(水)<br>13:30~16:30 | 「ありがとう療法と色彩によるコミュニケーション」<br>「ありがとう」も感謝の言葉は運命を開く魔法の杖。色彩脳トレで完成豊かな表現力を高め、ポジティブ思考を促します。  |                                                                         |
| 【色彩カ1218】<br>12月18日(水)<br>13:30~16:30 | 「未来を拓く四画面思考と色彩ワーク」<br>人生はイメージの造形。言葉と色彩の両面からストレスフリーな脳を整え、未来に向けて有りたい自分、実践する自分を創造します。   | ○ 涌波 理絵<br>色彩脳トレサポーター                                                   |

## 産業看護セミナー

【会場:インテックビル3階会議室 定員10名】

| 【セミナーコード】<br>開催日時                   | テ マ (内 容)                                                                                                         | 講 師                                  |
|-------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|
| 【看セ1105】<br>11月5日(火)<br>14:00~17:00 | データ解析演習Ⅰ<br>・健診データ/調査データの解析を通し統計学の基礎とデータのまとめ方について学習します。<br>◇各自で解析するデータを準備して下さい。<br>◇3月に開催する「産業看護セミナー報告会」で発表して下さい。 | 中林 美奈子<br>当センター相談員<br>富山大学医学部看護学科准教授 |
| 【看セ1203】<br>12月3日(火)<br>14:00~17:00 | データ解析演習Ⅱ<br>※今年度の「産業看護セミナー報告会」は、2020年3月3日(火)に予定しております。詳しい内容は、「かわら版1月号」でお知らせします。                                   |                                      |

## 産業医活用セミナー

産業医とはどのような役割をし、どのように活用したら事業場にとって有益となるのかということについて、一番基礎となる部分に絞ってお話します。

### 射水会場【産セ1024】 定員24名

開催日 **10月24日(木)**  
14:00~16:00  
開催場所 小杉文化ホール研修室2  
(射水市戸破1500番地)

講師 吉田 壽光  
当センター相談員

### 富山会場【産セ0219】 定員24名

開催日 令和2年  
**2月19日(水)**  
14:00~16:00  
開催場所 インテックビル2階会議室2  
(富山市牛島新町5-5)

講師 小松 紀美子  
当センター相談員

## メンタルヘルス事例検討会

【会場：インテックビル4階ギャラリー 定員：40名 開催時間 14:00～16:00】

| 【セミナーコード】<br>開催日時                    | テ ー マ (内 容)                                                                                                                                                                     | 助 言 者                                                                                     |
|--------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| 【事例1211】<br>12月11日(水)<br>14:00～16:00 | グループ（1グループ6名）別に事例について検討を行い、各グループによる検討結果発表の後、助言者が総評を行います。<br><br>*対象者*<br>事業主・産業医・産業看護職・衛生管理者・人事労務管理担当者・メンタルヘルス推進担当者等の産業保健スタッフ、精神科医等の医師、相談機関等関係機関の担当者等 <b>【修得単位：生涯(専門)2.0単位】</b> | 木戸 日出喜<br>当センター相談員/<br>労働衛生コンサルタント/木戸クリニック院長<br><br>風間 良和<br>富山障害者職業センター<br>上席障害者職業カウンセラー |

## 産業医研修会

## - その1 -

【会場：インテックビル2階会議室 定員：40名】

| 【セミナーコード】<br>開催日時                    | テ ー マ (内 容)                                                                                                                                                                                     | 講 師                                                               |
|--------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| 【産研1008】<br>10月8日(火)<br>19:30～21:00  | 職場のストレス対策<br>職場のストレスを減らす方策、対処法を考えます。<br><b>【修得単位：生涯(専門)1.5単位】</b>                                                                                                                               | 稲寺 秀邦<br>当センター相談員<br>富山大学医学部教授                                    |
| 【産研1025】<br>10月25日(金)<br>19:30～21:00 | 産業医に役立つカウンセリング技法 ～企業との信頼関係を築くために～<br>法律改正により産業医が労働者と関わる機会が増えています。同時に労務コンプライアンスを守るために努力している経営者に適切な指導・助言をすることも産業医に期待されています。コミュニケーション・トレーニングを体験して、産業界に真に役立つ産業医を目指します。<br><b>【修得単位：生涯(専門)1.5単位】</b> | 岸 弘市<br>岸アトライフ研究所 代表<br>石川産業保健総合支援センター相談員<br>産業カウンセラー/キャリアコンサルタント |
| 【産研1031】<br>10月31日(木)<br>19:30～21:00 | 職業性腰痛について<br>職場における腰痛予防対策指針についてお話しします。<br><b>【修得単位：生涯(専門)1.5単位】</b>                                                                                                                             | 長田 茂樹<br>当センター相談員<br>長田整形外科クリニック院長                                |
| 【産研1114】<br>11月14日(木)<br>19:30～21:00 | 働き方改革と労働者の健康確保<br>働き方改革の中で労働者の健康確保の方策を考えます。<br><b>【修得単位：生涯(専門)1.5単位】</b>                                                                                                                        | 稲寺 秀邦<br>当センター相談員<br>富山大学医学部教授                                    |
| 【産研1115】<br>11月15日(金)<br>19:30～21:00 | 精神障害と労災補償<br>精神障害と労災補償についてお話しします。<br><b>【修得単位：生涯(専門)1.5単位】</b>                                                                                                                                  | 平野 正治<br>当センター相談員<br>富山中央診療所所長                                    |

## - その2 -

## ●魚津市医師会・魚津地域産業保健センターとの共催

【会場：新川文化ホール104（魚津市宮津110）定員：40名】

| 【セミナーコード】<br>開催日時                    | テ ー マ (内 容)                                           | 講 師              |
|--------------------------------------|-------------------------------------------------------|------------------|
| 【産研1024】<br>10月24日(木)<br>19:30～21:00 | イタイイタイ病からみる鉱害の歴史について<br><br><b>【修得単位：生涯(専門)1.5単位】</b> | 鏡森 定信<br>当センター所長 |

## ●富山県心の健康センターとの共催

【会場：富山県市町村会館 2階ホール（富山市下野995番地の3）定員：70名】

| 【セミナーコード】<br>開催日時                   | テ ー マ (内 容)                                                      | 講 師                  |
|-------------------------------------|------------------------------------------------------------------|----------------------|
| 【産研1101】<br>11月1日(金)<br>13:30～16:00 | 今どきの若者を理解する<br>～職場のメンタルヘルスと支援策～<br><br><b>【修得単位：生涯(専門)2.0単位】</b> | 梅田 忠敬<br>医学博士<br>MBA |

## ●当機構本部との共催

【会場：インテックビル2階会議室1 定員：40名】

| 【セミナーコード】<br>開催日時                    | テ ー マ (内 容)                                          | 講 師                             |
|--------------------------------------|------------------------------------------------------|---------------------------------|
| 【産研1121】<br>11月21日(木)<br>19:00～21:00 | 「石綿関連疾患診断技術研修」の基礎研修<br><br><b>【修得単位：生涯(専門)2.0単位】</b> | 水橋 啓一<br>富山労災病院<br>アスベスト疾患センター長 |

## ●高岡市医師会・高岡地域産業保健センターとの共催

【会場：高岡市医師会（高岡市下関町4番56号）定員：40名】

| 【セミナーコード】<br>開催日時                    | テ ー マ (内 容)                                                                      | 講 師                                        |
|--------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
| 【産研1212】<br>12月12日(木)<br>19:30～21:00 | メンタルヘルス不調者の対策と対応<br>メンタルヘルス不調者の対策と対応についてお話しします。<br><br><b>【修得単位：生涯(専門)1.5単位】</b> | 上田 芳彦<br>当センター相談員<br>戸出伊勢領よろずクリニック上田内科医院院長 |

## 産業保健セミナー等申込FAX送信票

FAX 0 7 6 – 4 4 4 – 6 7 9 9

コード名は受講一覧の左端のセミナー略名を先頭にした4ケタの番号です。（例：産セ0410や産研0606等）

|                 |  |  |  |  |  |
|-----------------|--|--|--|--|--|
| (記入例)<br>産セ0410 |  |  |  |  |  |
|                 |  |  |  |  |  |
|                 |  |  |  |  |  |

|       |                                                                                                                                                                                          |
|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 会社名   |                                                                                                                                                                                          |
| 参加者職種 | <input type="checkbox"/> 事業主 <input type="checkbox"/> 産業医 <input type="checkbox"/> 産業看護職 <input type="checkbox"/> 衛生管理者 <input type="checkbox"/> 人事労務担当者 <input type="checkbox"/> その他（ ） |
| 参加者氏名 |                                                                                                                                                                                          |
| 電話番号  |                                                                                                                                                                                          |

- \*この用紙に記載された貴方の個人情報、本セミナー以外利用することはありません。

