

令和6年度（後期）研修・セミナー予定表

沖縄産業保健総合支援センターでは、産業保健に関する基礎的、専門的、実践的な研修・セミナーを開催しています。受講ご希望の方は、当センターホームページよりお申込みください。（無料）

【対象者】事業主、産業保健看護職（保健師 看護師）、衛生管理者、人事労務担当者、安全衛生担当者、労働者 ※働いている方を対象としています。



【その他】


- 研修形式は、オンライン形式と集合（対面）形式があります。お申込みの前に、ご確認ください。
- 申込締切
 - オンライン形式の研修：研修日前日13時 ※状況により、早めに締め切ることがあります。
 - 集合（対面）形式の研修：会場の定員に達した時点
- 配布資料について
 - 配布資料が無い場合もございますので、予めご了承ください。
 - オンライン研修の場合、配布資料がある場合のみ、研修日当日のお昼前後に当センターホームページに掲載します。
- お申込み後に、受講できなくなった場合は必ずご連絡ください。
 - キャンセルのご連絡：ホームページの「申込取消フォーム」又は お電話（098-859-6175）にてご連絡ください。
- お申込みの際にご入力いただきました個人情報は、本会における受講者名簿作成のために使用する他、当センターが行う研修・セミナーなどのご案内に使用させていただく場合があります。
- 台風などの自然災害発生時には、研修中止となる場合があります。研修開催の有無について、最新の情報を当センターホームページにてご確認ください。
- 「※」印がついている研修は、当該研修後に「勤務間インターバル制度研修」（15分程度）を予定しています。ご希望の方は、続けて受講してください。

会場：沖縄産業支援センター（那覇市字小禄1831-1）

NO	日時	研修テーマ	研修内容	講師	研修形式
34	※ 10月2日（水） 14:00～15:30	内科医が取り組む 産業メンタルヘルス （前期7/3と同テーマ）	長時間労働面談、メンタル疾患からの復職支援に関する経験、コツを紹介したいと思います。	田名 毅 産業保健相談員 （産業医学）	オンライン
35	※ 10月4日（金） 15:00～16:30	職員のうつ状態を評価する	うつ状態は、職場で最も頻繁に対処しなければならないメンタルヘルス問題だが、その状態像は多様である。それらを評価して職場として適切な対応を取る方法について解説する。	西尾 彰泰 産業保健相談員 （メンタルヘルス）	オンライン
36	※ 10月7日（月） 14:00～15:30	就労者で注意すべき睡眠障害	不眠症、睡眠時無呼吸症、睡眠不足などの睡眠障害は心身に悪影響を及ぼす。就労者の各年齢層ごとに好発する様々な睡眠障害とその対策について概説する。	普天間 国博 産業保健相談員 （メンタルヘルス）	オンライン
37	10月10日（木） 14:00～16:00	「職場で取り組む 治療と仕事の両立支援」 ～職場復帰の判断と両立支援 に有効な多様な働き方制度 の導入～	<ul style="list-style-type: none"> ●脳卒中治療と仕事の両立支援の進め方 ・が「休」ラインの様式を使って、「勤務情報提供書」「職場復帰プラン」を実際に作成してみよう。 ●治療と仕事の両立支援について理解しよう。 ・脳卒中治療やリハビリ治療、後遺症は？ ・職場復帰の判断のための治療に関する情報収集と主治医意見書の確認のポイント等 ・医療機関・リハビリ機関との連携を図るには。 ・治療と仕事の両立支援のための有効な、多様な働き方制度、留意点等 	金城 由紀子 産業保健相談員 （両立支援）	集合(対面) 310室
38	10月17日（木） 14:00～15:30	2回シリーズ 職場で活かす（Ⅰ）	<p>聞く・訊く・聴くの違いとよりよいコミュニケーションの為の研修</p> <p>傾聴スキルを使ったよりよい聴き方、受け止め方を少人数のグループワークを通して、身につけていただく楽しい聴き方教室です。</p> <p>【対象】 事業者、衛生管理者、人事労務担当者等 ※10/17, 11/14 2回受講できる方 ※保健師、看護師の方は対象となりません。</p>	嘉陽 多津子 産業カウンセラー （一社）日本産業 カウンセラー協会 沖縄支部	集合(対面) 305室
39	11月14日（木） 14:00～15:30	職場で活かす（Ⅱ）			

NO	日時	研修テーマ	研修内容	講師	研修形式
40	10月22日(火) 14:00~15:30	健康長寿県復活のための次世代健康教育	次世代の負担を減らすため、そして沖縄県の健康長寿県復活のために、働き盛り世代の健康づくりと次世代健康教育を一緒に考えましょう。	山代 寛 沖縄大学学長 医師	集合(対面) 305室
41	10月23日(水) 14:00~15:30	職場におけるハラスメント対策の進め方	職場における対人関係のストレス、ハラスメントがメンタル不調・休職・退職・労災請求につながることが多く、職場におけるハラスメント対策について話します。	山本 和儀 産業保健相談員 (メンタルヘルス)	集合(対面) 310室
42	10月29日(火) 14:00~15:30	健康づくりのための身体活動基準から考える運動の実践ポイント	健康づくりのための運動ガイドの情報を基に、有酸素運動・筋力トレーニングにおける種類や強度の設定方法と日常生活に取り入れやすいエクササイズを実践的に紹介します。 ※動きやすい服装でご参加ください。	我那覇 隆志 健康運動指導士 健康運動実践指導者	集合(対面) 305室
43	10月31日(木) 14:00~16:00	2回シリーズ おとなの発達障がいセミナー(1)	メンタルヘルスと発達障がい特性の理解について 講師 出口 裕彦 (大阪公立大学 大学院 神経精神医学 講師)		オンライン
44	12月9日(月) 14:00~16:00	おとなの発達障がいセミナー(2)	発達特性を有する労働者の職場での事例性に応じた対応と専門家との連携について 講師 永田 昌子 (産業医科大学医学部 両立支援室 室長)		
<p>■ 対象: (1)(2)両方受講が必須</p> <p>■ 共催: (独)労働者健康安全機構 5県産保センター(沖縄、熊本、宮崎、鹿児島、大分)及び塩野義製薬株式会社 後援:熊本市</p> <p>■ 研修資料について</p> <p>①おとなの発達障がいマネジメントハンドブック ※申込者住所あてに、事前に郵送します。</p> <p>②上記以外にも研修資料があります。研修日当日のお昼前後に当センターホームページに掲載いたしますので、印刷してご準備ください。</p>					
45	11月1日(金) 15:00~16:30	化学物質の自律的な管理と作業環境管理(前期7/19と同テーマ)	労働安全衛生法令の改正により従来の法令順守型から自律的な管理へと変わった概要を説明する。 またリスクアセスメントの進め方を説明し、「デジタル粉じん計」や「検知管」等の測定機器を実際に用いて使い方を説明します。	狩俣 栄作 作業環境測定士	集合(対面) 309室
46	※ 11月7日(木) 15:00~16:30	過労死等を防止するための取り組みに関すること	本セミナーでは長時間労働の削減や人材の定着の為に過労死防止策を以下の視点から考えます。 ・長時間労働の削減 ・職場におけるメンタルヘルス対策の推進 ・過重労働による健康障害の防止 ・職場のハラスメントの予防・解決 ・働き方の見直し ・相談体制の整備	前里 久誌 社会保険労務士	オンライン
47	11月13日(水) 13:30~15:00	安全な職場づくりのために、事業者が知っておきたいこと(Ⅱ) 「第14次労働災害防止計画」のポイント	「労働災害防止計画」は、労働災害を防止するために国が重点的に取り組む事項を定めた中期計画です。その概要を説明します。 貴事業所で該当する事項がありましたら、労働災害防止対策に組み入れて頂きたいと思います。	菅原 稔 労働安全コンサルタント	オンライン
48	11月15日(金) 13:30~16:30	「治療と仕事の両立支援」事例検討会及び交流会	治療と仕事の両立支援の事例を通して多職種の役割や支援方法を学び実践に活かしてみませんか。 講演と事例検討会(グループワーク)のあと、参加者同士の交流会を行います。 【対象】 両立支援コーディネーター及び実務で関わる方が	原田 有理沙 産業医	集合(対面) 104室 (展示場)

NO	日時	研修テーマ	研修内容	講師	研修形式
49	11月20日(水) 15:00~17:00	2回シリーズ 基本的傾聴技法演習(1) ※引き続き(2)も受講することが望ましいです。	相談援助場面でよく用いられる基本的傾聴技法について、大学学部生レベル(公認心理師養成)で指導する内容を2回シリーズに凝縮して実践的にレクチャーします。	赤嶺 遼太郎	集合(対面)
50	12月2日(月) 15:00~17:00	基本的傾聴技法演習(2) ※内容的に(1)を受講していることが受講条件です。	【対象】 産業保健看護職(保健師・看護師) ※11/20、12/2 2回受講できる方	公認心理師	309室
51	11月21日(木) 14:00~15:30	若年性認知症の理解と、働く現場での気づき・サポート方法について ~沖縄県認知症希望大使からの声~	第1部 若年性認知症について ・「若年性認知症」を理解するために ・「沖縄県認知症希望大使」について ・事業場での取り組み(制度、教育、工夫、社内における風土づくり、等) 第2部 沖縄県認知症希望大使からの声 ・気づき、「認知症」とわかるまで、診断後の就労について ・「働くために」~工夫していること、活用しているツール等~	安次富 麻紀 沖縄県若年性認知症支援コーディネーター 大城 勝史 沖縄県認知症希望大使	オンライン
52	※ 11月22日(金) 14:00~15:30	職場復帰支援(リワーク支援)について	うつ病等により休職中の方の職場復帰には、適切な治療と十分な休養に加え、一定の回復段階から準備を行うことが大切である。 沖縄障害者職業センターが実施する職場復帰支援及びフォローとしてのジョブコーチ支援を紹介する。	(独)高齢・障害・求職者雇用支援機構 沖縄支部 沖縄障害者職業センター	オンライン
53	11月26日(火) 15:00~16:30	労働衛生関係法令と関係通達、その改正動向と働き方の変化	第14次労働災害防止計画を踏まえつつ、DXの進展、働き方改革の進捗など安全衛生対策の多様化を見据えて、労務管理上の様々な課題について考えます。	加藤 浩司 社会保険労務士	オンライン
54	11月28日(木) 14:00~15:30	どう取り組む!? 「職場環境改善」 ~メンタルヘルス対策~	ストレスチェックの集団分析を行い、職場環境改善に活かししましょう。その具体的な取組について学習します。	御子柴 由起子 社会保険労務士	オンライン
55	12月3日(火) 15:00~16:30	「職場のアルコール対策」 ~アルコール依存は進行性! 飲酒習慣を見直し、健康障害、飲酒運転を防止するには~	アルコールが原因で健診結果や勤怠状況が改善されない方への節酒指導や治療への介入について現場の実態から学ぶ。	大田 房子 おきなわASK代表	集合(対面) 310室
56	1月8日(水) 13:30~15:00	安全な職場づくりのために、事業者が知っておきたいこと(Ⅲ) 「職場巡視」のポイント	労働災害を防止する日頃実施している安全管理活動は多くありますが、そのうち、「職場の巡視」は非常に重要な活動です。 不安全行動、不安全設備の発見は、職場を巡視して把握できるものです。 そこで、「職場巡視のポイント」の基本を説明します。	管原 稔 労働安全コンサルタント	オンライン
57	1月20日(月) 15:30~17:00	裁判事例に学ぶ トラブル防止のための法律実務 (前期9/9と同テーマ)	近時、使用者・産業医が訴訟において被告となるケースも多いため、裁判事例をもとに、使用者がトラブルに巻き込まれないようにするための対応などについて学びます。	内田 光彦 弁護士	調整中
58	1月22日(水) 14:00~15:30	だれもが働きやすい職場づくり ~LGBTQ・性の多様性をテーマに~	職場の多様性尊重は心理的安全性を向上させ、勤続意欲も高まると言われます。LGBTQ・性の多様性の基礎や当事者の困りごと等を知り、だれもがはたらきやすい職場づくりを目指しましょう。	竹内 清文 NPO法人 レインボークワートokinawa 理事長	オンライン
59	1月27日(月) 14:00~15:30	「働く人の食事と栄養」 ~なぜ健康的な食事が重要なのか~	私たちの活動力、湧き上がるわくわく感は食べたものに左右されます。けがをせず、充実した日々を送りましょう。 元氣な職場を作りましょう。何をどう食べればいいのか、職場でもできる食の提案をしたいと思います。	伊是名 カエ 管理栄養士 (一社)トータルヘルス プロジェクト	オンライン

NO	日時	研修テーマ	研修内容	講師	研修形式
60	1月28日(火) 14:00~15:30	従業員がメンタル不調かも??と 思ったとき、どうする?	従業員への声かけや、対応に困ったとき誰に相談したら良い のか。声かけの仕方や専門家へ繋げる方法、「傾聴技法」に ついて一緒に学びましょう! ※「傾聴技法」の体験あり 【対象】 衛生管理者、人事労務担当者等 (保健師、看護師の方は対象となりません。)	国吉 利枝子 保健師 公認心理師	集合(対面) 310室
61	2月4日(火) 15:30~17:00	健診後の保健指導	2024年4月より特定健診・特定保健指導が第四期に入り、 喫煙や飲酒制限への対応が高く評価されるようになった。 そこで、行動変容を引き出す面接法を解説する。	清水 隆裕 産業保健相談員 (メンタルヘルス)	オンライン
62	2月7日(金) 14:00~15:30	あなたもできる! アンガーマネジメント基本講座	怒って後悔したこと、ありますか? 怒れなくて後悔したこと、ありますか? 私は、アンガーマネジメントは「怒らない方法」だと思っていま した。実は「怒りと上手に向き合う・付き合う方法」のよう です。 みなさん(衛生担当者等)がアンガーマネジメントを学 ぶと、 みなさん自身も、周りの仲間も、ひいては顧客・クライ アントも、大きなメリットを受けられるはず。す。 一緒に勉強しませんか?	北原 佑介 たのはたらボ 産業医	集合(対面) 310室
63	2月18日(火) 14:00~16:00	男女ともに理解する 働く女性のセルフマネジメント術	・女性のライフステージに沿った健康課題と職場の取組み ・男女ともに知っておきたい更年期症状 ・男女ともに不妊治療を受けながら働き続けられるための支援 ・働く世代のこころとからだのゆらぎケア ・セルフマネジメント術を体験しよう ～座ってできるヨガと呼吸法～ 	千葉 千尋 沖縄産業保健総合 支援センター 保健師	ハイブリッド 305室
64	2月28日(金) 15:00~16:30	カスタマーハラスメントについて	調整中	大村 達治 沖縄産業保健総合 支援センター 副所長	ハイブリッド 310室

オンライン研修受講について

＜事前準備＞ ※インターネット通信にかかる費用は、受講者負担となりますのでご了承ください。

(1)インターネットに接続できるPC等の端末、マイク、カメラ、スピーカー、メールアドレス。

＜申し込み＞ 当センターホームページの申込フォームを送信後、「自動応答メール」にて以下の内容が受講者に届きます。

(1)招待リンク(研修参加URL)/ミーティングID / パスコード / 配布資料パスワード
(2)申込締切 **研修日前日 13時** ※状況により、早めに締め切る場合があります。

＜配布資料について＞

(1)配布資料がない場合もございますので、予めご了承ください。
(2)配布資料がある場合(研修受講の方に限り配布)、**研修日当日のお昼前後**に当センターホームページ(申込をした研修の欄)に掲載いたします
ので、印刷してご準備ください。配布資料の印刷後、データの保存はしないようご注意ください。

＜当日＞ ※研修開始10分前から、入室のご案内をします。

(1)ZOOM参加(表示)名 ※入室の際は、下記の表示方法(ひらがな)でご入室ください。※申込フォームにて入力していただいた **ひらがな名** です。

名字ひらがな + (名前の最初の文字) 例：沖縄 花子 → おきなわ (は)

※申込者名簿にて、受講申込者ご本人確認をさせていただいた後、入室のご案内をしております。

ご本人確認ができない場合は、ご案内に時間がかかる場合があります。

※**ご注意**：“申込者ではない名前”で表示されるケースがあるため、事前にご自身でZOOM上の登録名をご確認下さい。

例：「iPhone」、「PC-N0.1」、「責任者」等

※**ZOOM表示名の変更が困難な方は**、当センターまでご連絡ください。TEL:098-859-6175

(2)受講時のWEBカメラについて

受講に際し、なるべくWEBカメラをオンにご参加ください。

グループワーク、事例検討会、交流会または講師からの要望がある場合は、必ずWEBカメラをオンの状態でご参加ください。

＜禁止事項＞

(1)研修資料の二次利用(無断でコピーを取り配布、SNSへの掲載等) (2)研修参加URL/ミーティングID/パスワードの第三者との共有
(3)研修内容の撮影・録画・録音

(独)労働者健康安全機構 沖縄産業保健総合支援センター

沖縄県那覇市字小禄1831-1 沖縄産業支援センター 2階 TEL:098-859-6175

さんぽセンターおきなわ

