



岡山産業保健推進センター

《おかやまさんぽメールマガジン》 第21号 2009年11月2日(月)

発行 岡山産業保健推進センター 所長 石川 紘



I N D E X

1 大事なお知らせ

*母性健康管理研修会

*メンタルヘルス対策及び過重労働による健康障害防止対策に係る研修

*精神科医等に対する産業保健に関する研究

*岡山県最低賃金のお知らせ

2 相談員のアドバイス

『コミュニケーションの手段』

カウンセリング相談員

(社)日本産業カウンセラー協会 武田 静枝

3 センターからのお知らせ(相談・研修・行事案内等)

4 情報誌・パンフレット情報

1 大事なお知らせ

■母性健康管理研修会が開催されます■

男女雇用機会均等法では、事業主に対して、妊娠中及び出産後の女性労働者に必要な母性健康管理の措置の実施を義務付けています。本研修会は、産業医等の

産業保健スタッフの皆様に、母性健康管理についての知識を深めていただくための研修会です。

日 時： 11/5（木） 13：30～16：40
場 所： ピュアリティまきび
定 員： 50名
受 講 料： 無料
備 考： この研修を受講された医師・産業医の方々は、日本医師会「認定産業医」基礎後期研修3単位、または生涯専門研修2単位・更新研修1単位を取得できます。

母性健康管理研修会の参加お申込はこちらからどうぞ
<http://www.okayama-sanpo.jp/index.htm>

■メンタルヘルス対策及び過重労働による健康障害防止対策に係る研修■

産業医等の医師（産業医療の労働者の健康管理、面接指導等に携わる医師）が事業者等に対してメンタルヘルス対策及び過重労働を助言指導するに当たっての資質向上を図るための研修会です。

日 時： 12/6（日） 13：30～17：20
場 所： ピュアリティまきび
定 員： 50名
受 講 料： 無料
備 考： 受講された医師・産業医の方々は、日本医師会認定産業医基礎後期研修3.5単位、または生涯更新研修3.5単位が取得できます。

研修会の参加お申込はこちらからどうぞ
<http://www.okayama-sanpo.jp/index.htm>

■精神科医等に対する産業保健に関する研修■

精神科医等の医師が事業場からのメンタルヘルスに関する相談等に適切に対応することが出来るよう資質の向上を図るための研修会です。

日 時： 12/6（日） 16：00～19：20

場 所： ピュアリティまきび

定 員： 20名

受 講 料： 無料

備 考： 受講された医師・産業医の方々は、日本医師認定産業医基礎後期研修3単位、または生涯専門研修3単位が取得できます。

研修会の参加お申込はこちらからどうぞ

<http://www.okayama-sanpo.jp/index.htm>

■岡山県最低賃金のお知らせ■

平成21年10月8日から岡山県の最低賃金が時間額670円に改定されました。

詳細はこちら ↓

<http://www.okayama.plb.go.jp/seido/saitin/saitin02.html>

2 相談員のアドバイス

『コミュニケーションの手段』

カウンセリング相談員

(社)日本産業カウンセラー協会 武田 静枝

コミュニケーションの取り方は、人それぞれです。

皆さんは、それをどのような手段で取っていますか？

ある会合の席で、一人の女性が、息子さんとのコミュニケーションの手段として、メールを使っていると話された。その時、他の女性が、メールは、絶対にいけない。ちゃんと顔を見て話をするか、電話にするべきだと注意をした。前者の女性は、とても辛そうな顔をされた。

そこで、私は、コミュニケーションの手段として絶対と言えるほどメールが悪いのかどうか、それぞれの手段のメリットとデメリットについて、考えてみることにした。

1.電子メール

メールでのやり取りは、距離・時間を問わずに送ったり読んだり出来るメリットがある一方で、感情が伝わりにくいというデメリットがあり、一方通行のコミュニケーションである。

2.対面（顔を見る）

対面でのやり取りは、言葉の意味だけではなく、メールや電話では伝わりにくい感情を、表情や態度から理解することが出来るというメリットがある一方で、その場所まで出向かなければいけないので、時間と費用がかかるというデメリットがあり、双方向のコミュニケーションである。

3.電話

電話でのやり取りは、顔は見えないけれど、ある程度の感情は伝わるし、遠距離でも迅速なやり取りができるというメリットがあるが、受け手の時間を束縛するというデメリットがあり、ある意味では双方向コミュニケーションと言える。

少々乱暴だとは思いますが、メール・対面・電話を比較して、どの手段もメリットとデメリットがあり、絶対にメールが悪いとは言えないのではないかと考えられます。

また、最近、若者世代に対面を避け、コミュニケーションの手段をメールのみに頼っている人が急速に増えている傾向にあることは、良くも悪くも考えさせられます。

一つだけの手段に偏るのではなく、T・P・Oに応じたコミュニケーションの手段を選ぶことが大切だと思います。

3 センターからのお知らせ（相談・研修・行事案内・新着教材等）

■ 産業医研修会 ■

産業医研修会・セミナーの情報・お申込はこちらからどうぞ

<http://www.okayama-sanpo.jp/index.htm>

日 時： 1/21（木） 19：00～21：00

場 所： 岡山労災病院

研修テーマ： 『産業医のための医療政策・医院経営』

講 師： 浜田 淳（岡山大学院 医療政策・医療経済学分野 教授）

高尾 総司（岡山大学院 疫学・衛生学分野 講師）

受講料： 2,000 円

単 位： 基礎研修 後期研修 2 単位

生涯研修 専門研修 2 単位

日 時： 3/11（木） 19：00～21：00

場 所： 岡山労災病院

研修テーマ： 『メンタルヘルスの実際 4』

企業で良くある Q&A に基づくメンタルヘルス対策：グループワーク

講 師： 高尾 総司（岡山大学院 疫学・衛生学分野 講師）

三橋 利晴（岡山大学院 疫学・衛生学分野）

受講料： 2,000 円

単 位： 基礎研修 後期研修 1 単位・実地研修 1 単位

生涯研修 専門研修 1 単位・実地研修 1 単位

■ 岡山産業保健推進センター主催セミナー・研修会 ■

産業医研修会・セミナーの情報・お申込はこちらからどうぞ

<http://www.okayama-sanpo.jp/index.htm>

【健康管理研修会】

日 時： 11/26（木） 14：00～16：00
場 所： 岡山第一生命ビルディング 3階 共用会議室
研修テーマ： 『過重労働と面接指導について』
内 容： 過重労働対策と面接指導の実際について、わかりやすく解説します。
講 師： 道明相談員

日 時： 12/02（水） 14：00～16：00
場 所： 岡山第一生命ビルディング 3階 共用会議室
研修テーマ： 『化学物質と健康管理』
内 容： 化学物質の管理と健康障害の防止対策について解説します。
講 師： 山本相談員

日 時： 12/09（水） 14：00～16：00
場 所： 岡山第一生命ビルディング 3階 共用会議室
研修テーマ： 『健康診断結果と健康増進』
内 容： 健康診断結果の見方をおさらいし、健康増進の事例を紹介します。
講 師： 成松相談員

【カウンセリング研修会】

日 時： 11/19（木） 14：00～16：00
場 所： 岡山第一生命ビルディング 3階 共用会議室
研修テーマ： 『職場のメンタルヘルスとカウンセリングⅢ』
内 容： 傾聴実習を行います。
講 師： 武田相談員

日 時： 12/17（木） 14：00～16：00
場 所： 岡山第一生命ビルディング 3階 共用会議室
研修テーマ： 『職場のメンタルヘルスとカウンセリングⅣ』
内 容： 傾聴実習と事例検討を行います。
講 師： 武田相談員

【産業看護研修会】

日 時： 11/10（火） 14：00～16：00
場 所： 岡山第一生命ビルディング 3階 共用会議室
研修テーマ： 『保健指導パートⅡ』
内 容： 相手の心に届く保健指導（ロールプレイも含む）
講 師： 福岡相談員

日 時： 12/15（火） 14：00～16：00
場 所： 岡山第一生命ビルディング 3階 共用会議室
研修テーマ： 『保健指導パートⅢ』
内 容： 困難事例を持ち寄り、皆で一緒に検討します。
講 師： 福岡相談員

【メンタルヘルス研修会】

日 時： 11/16（月） 14：00～16：00
場 所： 岡山第一生命ビルディング 3階 共用会議室
研修テーマ： 『新型インフルエンザにあわてない心の備え』
内 容： 新型インフルエンザの最新動向をまとめパニックにならないため
に知っておくべき事項を解説します。
講 師： 勝田相談員

日 時： 11/18（水） 14：00～16：00
場 所： 岡山第一生命ビルディング 3階 共用会議室
研修テーマ： 『睡眠障害について』

内 容： 日本人の2割以上の方が悩んでいる睡眠の障害の原因診断治療について解説します。

講 師： 大月相談員

日 時： 12/07（月）14：00～15：30

場 所： 岡山第一生命ビルディング3階 共用会議室

研修テーマ： 『事例に学ぶメンタルヘルスⅢ』

内 容： メンタルヘルスの実際の事例について解説します。

講 師： 中島相談員

産業医研修会・セミナーのお申込はこちらからどうぞ

<http://www.okayama-sanpo.jp/index.htm>

▼研修会の受付は3階共用会議室で行います。直接会議室へお越し下さい。

▼今後、研修会開催場所に関しては変更になる可能性があります。

変更になった場合は、速やかに御連絡いたします。

▼当センターの研修会、貸出教材、メールマガジン、ホームページの内容など各種事業に関する御意見、御要望を下記メールアドレスにEメールにて御遠慮なくお願いいたします。

E-mail : info@okayama-sanpo.jp

4 情報誌・パンフレット情報

【10月中に配布開始されたもの】

■2-042

『派遣労働者のための 心の健康 気づきのヒント集』

独立行政法人 労働者健康福祉機構岡山産業保健推進センター

〒700-0907

岡山県岡山市北区下石井 2-1-3

岡山第一生命ビルディング 12階

TEL : 086-212-1222 FAX : 086-212-1223

H P : <http://www.okayama-sanpo.jp/>

E-mail : info@okayama-sanpo.jp

