



岡山産業保健総合支援センター

《おかやまさんぽメールマガジン》 第74号 2014年4月1日(火)



I N D E X

- 1 連絡事務所からのお知らせ（相談・研修・行事案内）
 - *平成26年度 産業医研修会のご案内
 - *平成26年度研修会の予定

- 2 トピックス
 - *おすすめの一冊 『病気にならない生き方 2 実践編』

-
- 1 センターからのお知らせ（相談・研修・行事案内）

《ごあいさつ》

3月25日に発信したメールマガジン臨時号でお知らせしたとおり、平成26年4月1日より

岡山産業保健総合支援センターに名称変更しました。引き続きご利用ください。

従業員数50名未満の小規模事業場の事業者・労働者の方は、地域産業保健センターもご活用ください。総合支援センターの支援に加えて、産業保健サービスを無料で受けられます。

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

◆ 平成26年度 岡山労災病院産業保健研修会のご案内 ◆

実際に産業保健現場で実務を行う機会のある方を支援するための事例検討を中心とした『アドバンストコース』として実施します。職種は問いません。

対 象：産業保健に関心のある方。総論内容をまとめた DVD の視聴を推奨します。
(DVD 入手は、 <http://www.unit-gp.jp/eisei/wp/?p=1809>)

受 講 料： 3,000 円

(資料代として NPO 法人が管理します。受付時にお支払い下さい。)

場 所： 岡山労災看護専門学校 1 階会議室(岡山労災病院敷地内)

定 員： 40 名

◆平成 26 年 5 月 15 日 (木) 19:00~21:00

演 題： ルール・業務遂行レベルにもとづくメンタル対応 (原則編)

講 師： 高尾総司 (岡山大学大学院 疫学・衛生学分野 講師)

岸本卓巳 (岡山労災病院 副院長)

◆平成 26 年 6 月 12 日 (木) 19:00~21:00

演 題： ルール・業務遂行レベルにもとづくメンタル対応 (応用編)

講 師： 高尾総司 (岡山大学大学院 疫学・衛生学分野 講師)

岸本卓巳 (岡山労災病院 副院長)

《産業保健研修会お申込みはこちらから》

<http://www.okayama-sanpo.jp/01-ke-z.html>

■ 岡山産業保健総合支援センター主催セミナー・研修会 ■

場 所： ピュアリティまきび 会議室 (岡山市北区下石井 2-6-41)

受 講 料： 無料

※ お車でお越しの際は、ピュアリティまきびの駐車場をご利用ください。

駐車場は無料をご利用いただけます。駐車券は、お帰りの際にフロントまでお持ちください。但し、駐車場が満車の場合にご利用いただけません。ご注意ください。

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/01-ke.html>

【健康管理についての研修会】

日 時： 5/22（木） 14：00～16：00
研修テーマ： 職域における過重労働・メンタルヘルス対策とコーチングの有用性について
内 容： 職域のメンタルヘルス対策の概要とコーチングについてわかりやすく講演します
講 師： 道明相談員

日 時： 6/4（水） 14：30～16：00
研修テーマ： 健康診断後の事後措置について
内 容： 健診後の事後措置についておさらいします
講 師： 成松相談員

日 時： 6/17（火） 14：00～16：00
研修テーマ： 熱中症を予防し元気で夏を過ごしましょう
内 容： 夏をクールに過ごすために気をつけることを一緒に考えよう
講 師： 福岡相談員

日 時： 7/3（木） 14：00～16：00
研修テーマ： 職域における過重労働・メンタルヘルス対策について
内 容： 職域の過重労働・メンタルヘルス対策についてわかりやすく講演します
講 師： 道明相談員

日 時： 7/14（月） 14：00～15：30
研修テーマ： 転倒予防
内 容： 転倒予防について産業保健の観点から出来る事を解説します。
講 師： 中村相談員

日 時： 9/3（水） 14：30～16：00
研修テーマ： 過重労働対策について
内 容： 過重労働対策についておさらいします

講師： 成松相談員

日時： 9/30（火） 14：00～15：30

研修テーマ： 元気で楽しく働こう

内容： 職場のメンタルヘルスは重要ですが、社員の皆さんが元気になるための工夫について

講師： 福岡相談員

【メンタルヘルスについての研修会】

日時： 4/28（月） 9：30～11：30

研修テーマ： 新入社員に伝えるメンタルヘルス

内容： 新入社員に伝えておくべきメンタルの基本、セルフケア

講師： 勝田相談員

日時： 5/14（水） 14：00～16：00

研修テーマ： うつ病への対応について①

内容： 講義及び症例呈示

講師： 大月相談員

日時： 5/19（月） 9：30～11：30

研修テーマ： 部下を持ったら知っておかねばならないメンタルヘルス（ラインケアの方法）

内容： 部下のメンタル不調をキャッチする基本、安衛法の基本等管理職研修で伝えるべきこと

講師： 勝田相談員

日時： 6/3（火） 13：30～15：00

研修テーマ： メンタルヘルスに関する病気について

内容： メンタルヘルスに関する病気について、事例検討

講師： 山下相談員

日時： 8/6（水） 14：00～16：00

研修テーマ： メンタル不調による休職からの職場復帰支援について

内 容： 講義及び症例呈示
講 師： 大月相談員

日 時： 8/21（木）14：00～16：00
研修テーマ： カウンセリングⅠ
内 容： カウンセリングとは？
講 師： 武田相談員

日 時： 9/8（月）9：30～11：30
研修テーマ： 途上国・新興国赴任のヘルスマネジメント
内 容： 最近、日本企業の進出が増えている東南アジアやイスラム国を含めた渡航
医学一般（感染症・メンタル・医療事情）
講 師： 勝田相談員

日 時： 9/18（木）14：00～16：00
研修テーマ： カウンセリングⅡ
内 容： カウンセリング（傾聴技法）
講 師： 武田相談員

【産業看護職の方向けの研修会】 ※対象：産業看護職の方

日 時： 7/29（火）14：00～16：00
研修テーマ： 産業看護職の基本
内 容： 産業看護の定義・役割等を再確認しましょう
講 師： 福岡相談員

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>

- ▼研修会の受付はピュアリティまきび会議室前で行います。直接、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します。

E-mail : info@okayama-sanpo.jp

3 トピックス

■ おすすめの一冊 ■

貸出番号：04-256

『病氣にならない生き方 2 実践編』 著者：新谷 弘実 発行者：サンマーク出版

先月の「おすすめの一冊」の続編です。世界で初めて大腸内視鏡を使う事によって開腹手術する事なくポリープを切除する事に成功した、ニューヨーク在住の米国ナンバーワンの胃腸内視鏡外科医と言われている著者が実践している、45年間病気になっていない食事健康法等をわかりやすく書いています。

下記の内容に興味持ちませんか？

- ① 豚肉をたくさん食べる沖縄の人が長生きする理由とは？
- ② 長寿の秘訣とは何を防ぐ？
- ③ 七つの健康法とは？
- ④ インド人が雑菌だらけのガンジス川の水を飲めるのはなぜ？
- ⑤ 健康を損なう間違っただ情報に流されないためには？
- ⑥ 美味しい玄米の炊き方とは？
- ⑦ 毒素レベルがチェックできる50の質問とは？
- ⑧ コーヒーエネマとは？
- ⑨ 最後に著者が何回も使用している「エンザイム」とは？

臨床データを元に流行している食事健康法をなぜ信じてはいけないのか等が事例をあげて書かれているので、前作同様興味深く読めました。内容に興味を持たれた方にぜひ読んでいただきたい1冊です。

岡山産業保健総合支援センターは、産業保健に役立つ図書を約1,000冊保有しており、無料で貸出しております。

- ① 1回につき5冊まで。

- ② 貸出期間は1週間（予約が入っていなければ電話で延長することができます。）
- ③ 遠方の方は着払いで郵送します。（返却時は元払いをお願いします。）

旧林原駐車場（現イオンモール建築現場）の近くに来られた際には、当センターにお立ち寄りいただきどんな図書があるか直接見に来てください。よろしく申し上げます。

図書の貸出はこちら

⇒ <http://www.okayama-sanpo.jp/05-ky.html>

次回の第75号は

5月1日（木）の配信予定です。