□■Ｙａｍａｇａｔａ■□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

山形産業保健総合支援センター　メールマガジン　第１９０号
2023年6月26日　発行

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□■Ｙａｍａｇａｔａ■□□□□□□

日頃より当センターをご利用いただき、誠にありがとうございます。
本日は「さんぽ山形メールマガジン」の第１９０号をお届けいたします。
研修会・セミナーにつきましては、ＷＥＢ開催が中心となりますが、集会形式での研修会等開催においては換気の実施など感染症等の感染防止対策を講じながら開催いたします。

---*----*----*----*----*----*----*----*----*----*----*----*----*----*----*----*----*----*----*
◇◇保健師のつぶやき◇◇
本号では、当センターの渋谷産業保健専門職が日々の生活や仕事において感じたことをコラム「保健師のつぶやき」として掲載していますのでご覧ください。
https://www.yamagatas.johas.go.jp/healthnews/

☆☆☆

「ことばの処方箋～外来診療の中で語られている “ことばとものがたり”」研修会
日　時　令和５年７月１３日（木）　14:00～16:00
会　場　山形産業保健総合支援センターＷＥＢ会議システム『Ｚｏｏｍ』
研修対象者　人事総務担当者、保健師・看護師・衛生管理者等の産業保健に関わる方
講　師　山形産業保健総合支援センター産業保健相談員（メンタルヘルス）
　　東谷心療内科　院長　東谷　慶昭　医師
定　員　４０名
【研修のねらい】
　外来診療ではいろんな悩みや訴えの患者さんとお話いたします。診療は患者さんごとに少しずつ違う進め方になり、いわゆるオーダーメイドの対応になります。
　しかしその診療を振り返ってみると、特に〇〇療法というわけではないものの、診察室の中で繰り返し語られる“ことばとものがたり”があります。これらは長い時間をかけて磨かれてきたもので、治癒力・パワーがあるのです。今回はその中のいくつかをご紹介いたします。
　皆さんが会社の中で社員さんと向き合う場面での参考になればさいわいです。
【研修内容】
１　不安を訴える方に対して：「不安の背中は意欲です」
２　今後のことについて悩んで決められないという方に対して：「迷ったときは現状維持」
３　頑張りすぎる傾向のある方に対して：「下山した最後に体力を残す山登りのはなし」
４　どうしてうまくいかないの、を繰り返す方に対して：「四法印から一切皆苦のはなし」
５　そのほかあれこれ
詳細・お申し込みはこちらから↓
https://www.yamagatas.johas.go.jp/workshop/%e3%80%90web%e7%a0%94%e4%bf%ae%e4%bc%9a%e3%80%91%e4%bb%a4%e5%92%8c5%e5%b9%b47%e6

○【ＷＥＢ研修会】「健康経営につながるセルフケアとラインケア」
日　時　令和５年７月２７日（木）　14:00～16:00
会　場　山形産業保健総合支援センターＷＥＢ会議システム『Ｚｏｏｍ』
研修対象者　人事総務担当者、保健師・看護師・衛生管理者等の産業保健に関わる方
講　師　山形産業保健総合支援センター産業保健相談員（メンタルヘルス）
　　産業メンタルヘルスケア株式会社　代表取締役 後藤 剛 氏
定　員　４０名
【研修のねらい】
　私は精神科医としてリワークプログラム（うつ病からの復職支援プログラム）を運営しています。それと並行して、産業医・健康管理医・労働衛生コンサルタントとして、約40事業所の職場のメンタルヘルス対策に関わっています。
職場のメンタルヘルス対策は、社員自身のセルフケアと、管理監督者や産業保健担当者によるラインケアの両方が大事です。日々の診療や活動の中で学んだことを、事例を提示しながらお伝えします。本研修が皆様の企業の健康経営につながれば幸いです。
【研修内容】
１　三次予防：うつ病休業者の復職支援を中心に
２　二次予防：メンタル不調社員の対応方法
３　一次予防：ストレスチェック結果の活かし方
４　社員一人ひとりのセルフケア
詳細・お申し込みはこちらから↓
https://www.yamagatas.johas.go.jp/workshop/%e3%80%90web%e7%a0%94%e4%bf%ae%e4%bc%9a%e3%80%91%e4%bb%a4%e5%92%8c5%e5%b9%b47%e6

☆☆☆

〇受付時において、開始前確認票への記載をお願いいたします。
〇消毒液をご用意しておりますので、入室前に手指の消毒をお願いいたします。
〇会場の定員数を減らしております。座席は指定席とし、最低限人と人が接触しない程度の間隔を空けてお座りいただきます。
〇マスクの着用は個人の判断に委ねることといたしますが、グループ討議など発言を求める研修では着用をお願いいたします。（当センターでマスクのご用意はありません。）
〇研修の合間（約３０分毎）に窓を開放する等による自然換気をいたします。

〇研修会等の受講を希望される方へ
以下のいずれかに該当する方は研修会等の受講をご遠慮いただきます。
１．新型コロナウイルスに感染している方、又は感染している恐れのある方
（PCR検査を受検した方等）〈職場や家族内に感染者がいる場合若しくは感染している恐れのある方も含む〉
２．息苦しさや強いだるさ、味覚障害、発熱（３７．５℃以上）などの症状がある方
３．発熱や、せき等比較的軽い風邪の症状が続いている方（高齢者〈65歳以上〉の場合は、短期間でも症状がある方）
　　欠席または研修会等当日に参加をご希望の場合は、必ず事前にご連絡をお願いいたします。
　　受講者数を制限するため、無断欠席や飛び込み参加はご遠慮ください。

〇受講当日の注意事項
　研修会等を受講される皆様には、以下のご協力をお願いいたします。
・当日、受付等において、前記「研修会等の受講を希望される方へ」１～３いずれかに該当することが確認された場合は、研修会等の受講をご遠慮いただきます。
・受講にあたっては、感染症予防対策にご協力願います。
・マスクの着用は個人の判断に委ねることといたしますが、グループ討議など発言を求める研修では着用をお願いいたします。また、状況により着用をお願いする場合もございますので、各自ご準備いただき持参してください。（当センターでマスクのご用意はありません。）
・研修会等の開催会場では、約３０分毎に窓を開放する等し、自然換気を行います。このため、冷房・暖房効果が損なわれる事がありますので、暑さ・寒さ対策を十分にお願いいたします。
・離間距離の確保について参加者数を制限して可能な限り参加者の離間距離を確保しています。
また、休憩時間中等についても一定の距離を保つようご協力願います。
・会場内における食事は原則禁止ですが、熱中症予防等のための水分補給は、適宜行っていただいて結構です。ただし、飛沫には十分ご留意ください。

◆当総合支援センターでは、事業場で産業保健活動に携わる産業医、産業看護職、衛生管理者をはじめ、事業主、人事労務担当者から、メンタルヘルス対策、作業環境管理、健康診断の事後措置等の「従業員の健康管理」や「治療と仕事の両立支援」に関するご相談に応じています。
　ご相談は、下記当センターメールアドレスあて、ご相談内容をご記載の上、メールにてお送りください。
┌┌┌