

福岡県医発第2469号(地)
平成23年 3月10日



各 医 師 会 長 殿

福岡県医師会
会長 松田 峻一 良
(公印省略)

心とからだの健康づくり運動（THP）の研修案内について（お知らせ）

時下ますますご清栄のこととお慶び申し上げます。

中央労働協会では、労働者が職業生活の全期間を通じ、心身両面にわたる健康づくりを推進するために心とからだの健康づくり運動（THP）にかかわる指導者（スタッフ）養成研修等を実施しており、このたびセミナー並びに研修会の案内について通知が参りました。

つきましては、本件につきましてご了解いただき貴会会員に周知頂きますよう、ご高配方よろしくお願い申し上げます。

小郡三井医師会より

産業保健担当理事 権藤秀之
会長 蒲池 壽

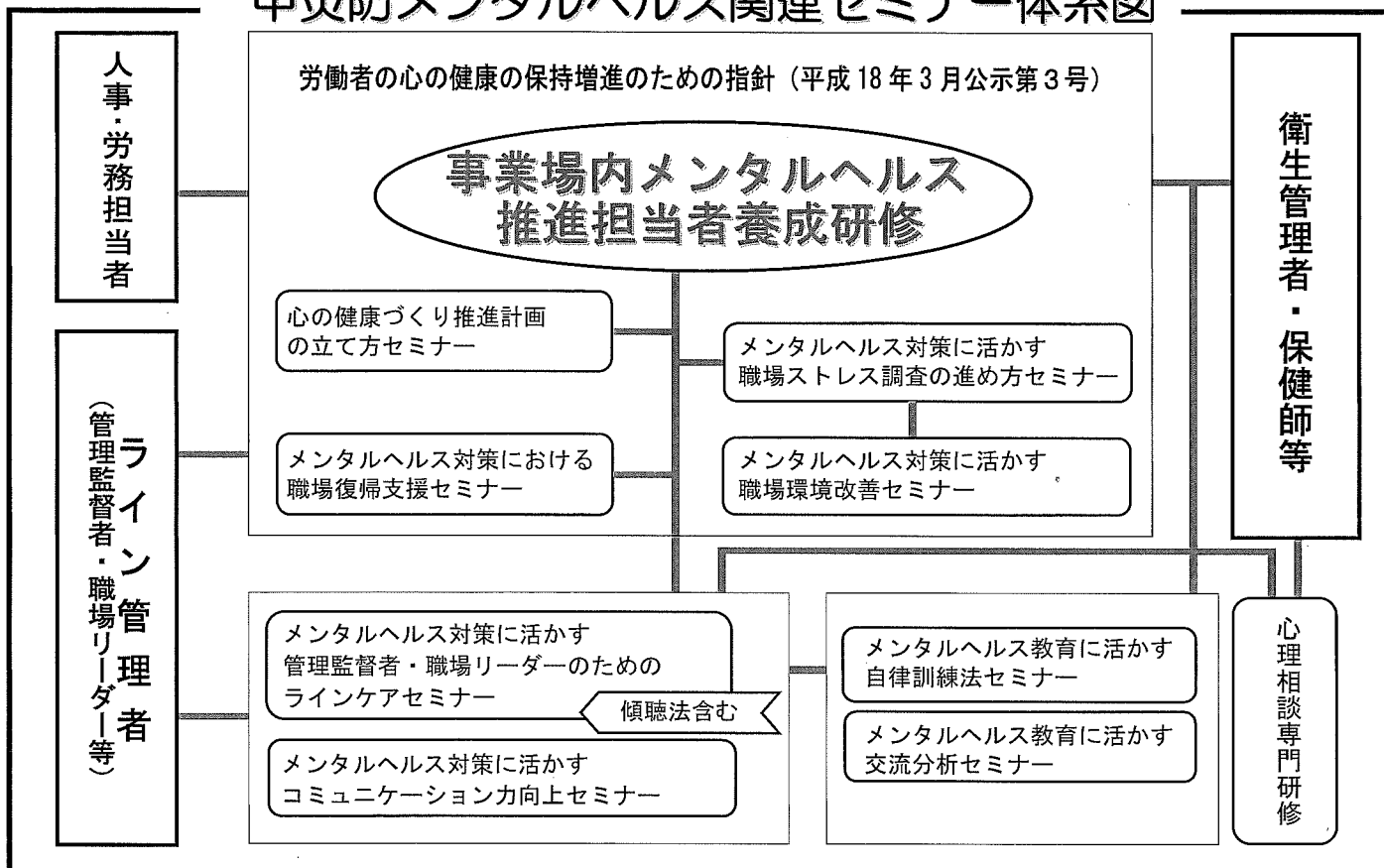
平成23年度

中央労働災害防止協会(中災防)主催

メンタルヘルス関連セミナーのご案内

職場のメンタルヘルス対策では、不調者への対応や職場復帰支援の他、不調者の発生を未然に防ぎ、活気ある職場づくりのための取り組みを計画的・継続的に行っていくことが重要です。中災防では、「事業場内メンタルヘルス推進担当者養成研修」を中心にメンタルヘルスケアに関する各種のセミナーを開催しています。事業場の実情や目的に合った内容のものを選んで、ぜひご参加ください。

中災防メンタルヘルス関連セミナー体系図



【メンタルヘルス関連セミナー受講ガイド】

セミナー名称/期間		対象者	人事労務担当者	衛生管理者、保健師等 産業保健スタッフ	管理監督者、 職場リーダー
事業場内メンタルヘルス推進担当者養成研修	2日		◎	◎	○
心の健康づくり推進計画の立て方セミナー	1日		◎	◎	
メンタルヘルス対策に活かす 職場ストレス調査の進め方セミナー	1日		◎	◎	○
メンタルヘルス対策に活かす 職場環境改善セミナー	1日		◎	◎	○
メンタルヘルス対策における 職場復帰支援セミナー	2日		◎	◎	
メンタルヘルス対策に活かす 管理監督者・職場リーダーのためのラインケアセミナー	1日		○	○	◎
メンタルヘルス対策に活かす コミュニケーション力向上セミナー	1日		○	○	◎
メンタルヘルス教育に活かす 自律訓練法セミナー ～基礎を学んで指導に活かす～	1日			◎	
メンタルヘルス教育に活かす 交流分析活用セミナー ～職場の人間関係を理解する～	1日			◎	
心理相談専門研修 ※受講資格有	3日		○	◎	

ご不明な点がございましたら、中災防 健康確保推進部 TEL:03-3452-2517 までお問い合わせください。

事業場内メンタルヘルス推進担当者養成研修

厚生労働省が策定した「労働者の心の健康の保持増進のための指針」(平成18年3月公示)では、職場のメンタルヘルス対策を進めるために、「事業場内メンタルヘルス推進担当者」を選任する努力義務が規定されています。本セミナーは、厚生労働省が公表しているカリキュラムに準じており、心の健康づくり計画の策定から、メンタルヘルス不調者への対応、職場復帰のための支援、職場環境等の改善など、メンタルヘルス対策に必要な知識を包括的に学ぶことができます。メンタルヘルス推進担当者、人事労務管理スタッフ、衛生管理者、保健師・看護師等の皆様に最適な内容です。

〈中災防主催〉

第1回	平成23年6月23日(木)～24日(金)	東京
第2回	平成23年7月21日(木)～22日(金)	大阪
第3回	平成23年7月28日(木)～29日(金)	東京
第4回	平成23年8月24日(水)～25日(木)	東京
第5回	平成23年8月25日(木)～26日(金)	名古屋
第6回	平成23年10月19日(水)～20日(木)	東京
第7回	平成23年11月8日(火)～9日(水)	札幌
第8回	平成23年11月10日(木)～11日(金)	仙台
第9回	平成23年11月10日(木)～11日(金)	大阪
第10回	平成23年12月14日(水)～15日(木)	東京
第11回	平成24年1月17日(火)～18日(水)	名古屋
第12回	平成24年1月19日(木)～20日(金)	大阪
第13回	平成24年2月1日(水)～2日(木)	東京
第14回	平成24年2月16日(木)～17日(金)	福岡
第15回	平成24年2月22日(水)～23日(木)	広島
第16回	平成24年3月15日(木)～16日(金)	東京

※THP登録者・中災防(賛助)会員 30,000円(税込)

一般 34,000円(税込)

※THP指導者登録更新単位 5単位

※日本産業衛生学会産業看護職継続教育単位 申請中

〈都道府県労働基準協会との共催〉

福島開催	平成23年9月1日(木)～2日(金)
栃木開催	平成24年2月8日(水)～9日(木)
群馬開催	平成23年10月4日(火)～5日(水)
千葉開催	平成23年9月21日(水)～22日(木)
東京開催	平成23年11月14日(月)～15日(火)
神奈川開催	平成23年9月27日(火)～28日(水)
新潟開催	平成23年10月27日(木)～28日(金)
富山開催	平成23年9月15日(木)～16日(金)
石川開催	平成23年11月29日(火)～30日(水)
山梨開催	平成24年2月頃予定
京都開催	平成23年12月21日(水)～22日(木)
大阪開催	平成23年9月13日(火)～14日(水)
兵庫開催	平成24年2月28日(火)～29日(水)
愛媛開催	平成23年11月29日(火)～30日(水)
福岡開催	平成23年11月1日(火)～2日(水)
熊本開催	平成23年10月18日(火)～19日(水)
沖縄開催	平成23年11月24日(木)～25日(金)

※上記都道府県労働基準協会との共催研修は、中災防 健康確保推進部(03-3452-2517)にお問合せください。

標準カリキュラム

※都合により一部変更する場合があります。

9:00		10:00		11:00		12:00		13:00		14:00		15:00		16:00		17:00		
		30	50			50					10			10	20			
第一日目	受付	開講式	(講義) 事業場におけるメンタルヘルスケア		休憩	(講義) ストレス及びメンタルヘルスケアに関する基礎知識		昼食 休憩		(講義) 心身医学・精神医学の基礎		休憩	(講義) 働く人のうつ病と自殺予防への対応		休憩	(講義・実習) メンタルヘルス教育の進め方		
第二日目			(講義) 職場環境等の把握と改善の方法		休憩	(講義) 企業のリスクマネジメントとコンプライアンス、個人情報の保護への配慮		昼食 休憩		(講義) 職場復帰における支援の進め方		休憩	(講義) 関係者との連携及び情報提供の進め方		休憩	(討議) 事例研究		閉講式

心の健康づくり推進計画の立て方セミナー

事業場内でメンタルヘルス対策に取り組むにあたっての「心の健康づくり推進計画の立て方」に重点をおいたセミナーです。

カリキュラム概要

◎メンタルヘルス指針と推進計画の立て方・その構成

◎事業場における具体例

(計画の実際と外部 EAP 機関の活用について)

◎推進計画の立て方の実際(演習含む)

※THP登録者・中災防(賛助)会員 18,000円(税込)

一般 20,000円(税込)

※THP指導者登録更新単位 4単位

※日本産業衛生学会産業看護職継続教育単位 申請中

第1回	平成23年9月14日(水)	東京
第2回	平成23年9月21日(水)	広島
第3回	平成23年12月16日(金)	東京
第4回	平成24年2月3日(金)	大阪
第5回	平成24年2月22日(水)	東京

メンタルヘルス対策に活かす 職場ストレス調査の進め方セミナー

(旧称：ストレス調査によるメンタルヘルス対策ワークショップ)

個人のストレス状況を把握する「職業性ストレス簡易調査票」と、職場集団のストレスを調べる「仕事のストレス判定図」の使い方を理解し、得られた調査結果の見方やメンタルヘルス対策への活かし方について学びます。事業場内でストレス調査を導入している事例の紹介や、職場ごとに取り組むストレス軽減のためのグループミーティング手法の体験を含んだセミナーです。

カリキュラム概要

- ◎職業性ストレス簡易調査票の考え方と使い方
- ◎仕事のストレス判定図の考え方と使い方
- ◎企業におけるストレス調査の活用事例
- ◎ストレス調査結果の活かし方

※THP登録者・中災防(賛助)会員 21,000円(税込)
一般 23,000円(税込)

※THP指導者登録更新単位 4単位

※日本産業衛生学会産業看護職継続教育単位 申請中

第1回	平成23年7月21日(木)	東京
第2回	平成23年10月5日(水)	東京
第3回	平成23年10月7日(金)	仙台
第4回	平成23年10月28日(金)	大阪
第5回	平成23年12月7日(水)	東京
第6回	平成24年2月17日(金)	東京

メンタルヘルス対策に活かす 職場環境改善セミナー

メンタルヘルス不調者の発生を未然に防ぐ方法として、人間関係だけでなく作業場の環境や作業方法を含む「職場環境」の概念に着目し改善を図る「働きやすい職場づくり」への取り組みが求められます。本セミナーでは、職場環境改善の先行事例やツールの使い方を紹介しながら、事業場内での具体的な導入と展開について学びます。

カリキュラム概要

- ◎職場環境改善に関する基礎知識
- ◎事業場における職場環境改善への取り組み事例
- ◎「職場環境改善のためのヒント集」の効果的な使い方
- ◎事業場における職場環境改善の進め方

※THP登録者・中災防(賛助)会員 21,000円(税込)
一般 23,000円(税込)

※THP指導者登録更新単位 4単位

※日本産業衛生学会産業看護職継続教育単位 申請中

第1回	平成23年8月26日(金)	東京
第2回	平成24年1月30日(月)	東京

メンタルヘルス対策における 職場復帰支援セミナー

「心の健康問題により休業した労働者の職場復帰支援の手引き」の趣旨を説明しながら、基礎的な支援システムを体系的に学びます。事業場での具体的な対応事例や、担当する人が知っておくべき法令上の留意点を紹介します。また、質疑応答の時間を設け、実際に事業場の担当者が直面している問題を踏まえ、各事業場の職場復帰プログラムの作成を体験していただきます。

カリキュラム概要

- ◎メンタルヘルスカケアと職場復帰支援手引き
- ◎事業場における職場復帰支援への具体的な対応事例
- ◎職場復帰支援の流れと留意点
& 職場復帰支援プログラムの作成演習
他

※THP登録者・中災防(賛助)会員 29,000円(税込)
一般 32,000円(税込)

※THP指導者登録更新単位 5単位

※日本産業衛生学会産業看護職継続教育単位 申請中

第1回	平成23年6月28日(火)～29日(水)	東京
第2回	平成23年8月4日(木)～5日(金)	福岡
第3回	平成23年9月8日(木)～9日(金)	東京
第4回	平成23年11月7日(月)～8日(火)	東京
第5回	平成23年12月1日(木)～2日(金)	大阪
第6回	平成23年12月15日(木)～16日(金)	広島
第7回	平成24年2月16日(木)～17日(金)	名古屋
第8回	平成24年3月7日(水)～8日(木)	東京

メンタルヘルス対策に活かす 管理監督者・職場リーダーのためのラインケアセミナー

管理監督者の役割として「部下の話を上手に聴く」ことはメンタルヘルスケアを推進する上で欠かせません。本セミナーでは、メンタルヘルス対策における管理監督者の役割と、話を聴く技法のひとつ「積極的傾聴法」の基本を、話の聴き方等の実習を交えて理解します。

カリキュラム概要

- ◎事業場におけるメンタルヘルス対策と管理監督者の役割
- ◎積極的傾聴法実習

※THP登録者・中災防(賛助)会員 15,000円(税込)

一般 17,000円(税込)

※THP指導者登録更新単位 4単位

◎「事業場内メンタルヘルス推進担当者養成研修」(前頁)及び「管理監督者・職場リーダーのためのラインケアセミナー」修了後、3年以上の健康に関する面接や相談の経験で「心理相談専門研修」の参加資格を取得することができます。

第1回	平成23年 6月 8日(水)	東京
第2回	平成23年 7月12日(火)	東京
第3回	平成23年 7月13日(水)	大阪
第4回	平成23年 7月14日(木)	広島
第5回	平成23年 8月 2日(火)	名古屋
第6回	平成23年 9月13日(火)	東京
第7回	平成23年 9月13日(火)	福岡
第8回	平成23年10月21日(金)	東京
第9回	平成23年11月 9日(水)	高松
第10回	平成23年12月 2日(金)	東京
第11回	平成23年12月 9日(金)	札幌
第12回	平成24年 1月24日(火)	東京
第13回	平成24年 1月27日(金)	仙台
第14回	平成24年 2月22日(水)	大阪
第15回	平成24年 3月 1日(木)	東京
第16回	平成24年 3月21日(水)	名古屋

メンタルヘルス対策に活かす コミュニケーション力向上セミナー

職場内のコミュニケーション改善に取り組むことは、緊張や不安などで高まったストレスを軽減させ適正なストレスにすることができます。それは、職場の活性化に役立ち、働く人のメンタルヘルスにも良い効果をもたらすこととなります。日頃、無意識に行っているコミュニケーションを改めて見直し、改善する方法を体験実習やグループ討議を交えながら学びます。

カリキュラム概要

- ◎コミュニケーションとメンタルヘルス
- ◎聴く姿勢を身につける ◎情報を的確に伝える
- ◎職場での展開方法の検討(グループ討議)

※THP登録者・中災防(賛助)会員 15,000円(税込)

一般 17,000円(税込)

※THP指導者登録更新単位 4単位

※日本産業衛生学会産業看護職継続教育単位 申請中

第1回	平成23年 5月13日(金)	東京
第2回	平成23年 7月22日(金)	東京
第3回	平成23年 9月16日(金)	大阪
第4回	平成23年 9月22日(木)	東京
第5回	平成23年12月 6日(火)	東京
第6回	平成24年 1月27日(金)	大阪
第7回	平成24年 2月 3日(金)	東京
第8回	平成24年 3月 9日(金)	東京

メンタルヘルス教育に活かす 自律訓練法セミナー ～基礎を学んで指導に活かす～

リラクゼーション技法のひとつである自律訓練法の具体的な指導法(第2公式まで)を実習や演習を通して学びます。

カリキュラム概要

- ◎事業場におけるメンタルヘルス対策と自律訓練
- ◎自律訓練法の概要 ◎自律訓練法実習 他

※THP登録者・中災防(賛助)会員 15,000円(税込)

一般 17,000円(税込)

※THP指導者登録更新単位 4単位

※日本産業衛生学会産業看護職継続教育単位 申請中

(日本自律訓練学会 後援)

第1回	平成23年 8月 5日(金)	大阪
第2回	平成24年 2月25日(土)	東京

メンタルヘルス教育に活かす 交流分析活用セミナー ～職場の人間関係を理解する～

交流分析の理論と体験を踏まえ、自己の性格上の特性や問題点への気づきを促し、よりよい人間関係について理解を深めるための交流分析の活用方法を学びます。

カリキュラム概要

- ◎事業場におけるメンタルヘルス対策と交流分析
- ◎交流分析の概要 ◎構造分析 他

※T H P 登録者・中災防(賛助)会員 15,000 円(税込)
一般 17,000 円(税込)

※T H P 指導者登録更新単位 4 単位

※日本産業衛生学会産業看護職継続教育単位 申請中

(日本交流分析学会 後援)

第 1 回	平成 23 年 7 月 29 日 (金)	東京
第 2 回	平成 23 年 10 月 21 日 (金)	大阪

事例に学ぶメンタルヘルスセミナー

事業場のメンタルヘルス対策の事例紹介と、メンタルヘルス対策の構築に必要な内容や手順を学びます。

札幌	平成 23 年 10 月 18 日 (火)
----	-----------------------

※中災防(賛助)会員 9,000 円(税込)・一般 10,000 円(税込)
※T H P 指導者登録更新単位 2 単位

職場復帰セミナー 事例検討コース

職場復帰に関する事例を具体的に紹介しながら、実際の問題を明らかにし、その解決策を検討することにより、個々の事例への対応に役立てていただきます。

仙台	平成 23 年 12 月 2 日 (金)
----	----------------------

※中災防(賛助)会員 5,000 円(税込)・一般 7,000 円(税込)
※T H P 指導者登録更新単位 2 単位

職場復帰セミナー 人事・労務管理コース

職場復帰支援対策の中で、就業規則など人事労務管理問題に焦点を当てた内容ですので、職場復帰のルールづくりに役立ちます。

仙台	平成 23 年 7 月 22 日 (金)
----	----------------------

※中災防(賛助)会員 5,000 円(税込)・一般 7,000 円(税込)
※T H P 指導者登録更新単位 2 単位

快適職場づくりのための新手法(ソフト面)活用セミナー

職場環境改善のための分析手法[快適職場調査(ソフト面)]を用いた事例を紹介しながら、メンタルヘルス推進に役立てていただきます。

仙台	平成 24 年 2 月 17 日 (金)
----	----------------------

※中災防(賛助)会員 5,000 円(税込)
一般 7,000 円(税込)
※T H P 指導者登録更新単位 2 単位

メンタルヘルス・プランニング・セミナー

事業場のメンタルヘルス対策事例を通して、心の健康づくり計画の作成や対策の構築に必要な内容を学びます。

名古屋	平成 23 年 12 月 20 日 (火)
-----	-----------------------

※T H P 登録者・中災防(賛助)会員 18,000 円(税込)
一般 20,000 円(税込)
※T H P 指導者登録更新単位 4 単位

管理監督者向けメンタルヘルス技法研修

管理監督者の方や職場リーダーの方向けのメンタルヘルス対策技法を中心としたセミナーです。

名古屋 平成 24 年 1 月 31 日 (火)

※T H P 登録者・中災防(賛助)会員 15,000 円(税込)
一般 17,000 円(税込)
※T H P 指導者登録更新単位(予定)

気持ちを楽にする

ストレス対処法セミナー「ものの見方・考え方練習法」

日常の出来事についてネガティブなものの見方をすることでストレスが生じます。客観的で合理的な見方をする練習を重ねることでストレスが回避できます。ものの見方・考え方のヒントを活用する教育手法を提案します。

福岡 平成 23 年 11 月 15 日 (火)

※T H P 登録者・中災防(賛助)会員 7,000 円(税込)
一般 8,000 円(税込)
※T H P 指導者登録更新単位(予定)

心理相談専門研修 (心理相談員養成研修)

メンタルヘルス不調や生活習慣病の未然防止を重視した心身両面にわたる健康づくり(THP)の考え方を理解し、メンタルヘルス教育や相談対応等を行う担当者を養成するための研修です。

主な対象

- 学校教育法による大学(原則として4年制)において、心理系(認定心理士取得可能レベル)、社会福祉系、または保健系(医学・歯学・薬学・獣医学含む)の正規の学科を修めて卒業した方
- 運動指導専門研修、またはヘルスケア・トレーナー養成研修を修了した方
- 保健師の資格をお持ちの方
- 看護師の資格をお持ちの方で健康に関する面接または相談の経験を1年以上有する方
- 助産師の資格をお持ちの方で健康に関する面接または相談の経験を1年以上有する方
- 衛生管理者の資格をお持ちの方で健康に関する面接または相談の経験を3年以上有する方
- 労働衛生コンサルタント(保健衛生)の資格をお持ちの方で健康に関する面接または相談の経験を2年以上有する方
- その他、1～7までと同等の資格を有していると認められる方
 - ①精神保健福祉士 ②臨床心理士 ③認定心理士
 - ④産業カウンセラー ⑤社会福祉士
 - ⑥「事業場内メンタルヘルス推進担当者養成研修」及び「管理監督者・職場リーダーのためのラインケアセミナー」修了後、健康に関する面接又は相談の経験を3年以上有する方

参加料

中災防(賛助)会員 41,000 円(税込)・一般 46,000 円(税込)

※参加対象・申込方法等詳細については、8P の中災防健康確保推進部・各地区安全衛生サービスセンターまでお問い合わせください。

東京	第1回 平成 23 年 4 月 20 日(水)～22 日(金)
	第4回 平成 23 年 6 月 17 日(金)～19 日(日)
	第5回 平成 23 年 8 月 3 日(水)～ 5 日(金)
	第7回 平成 23 年 9 月 28 日(水)～30 日(金)
	第11回 平成 23 年 11 月 4 日(金)～ 6 日(日)
	第14回 平成 24 年 1 月 25 日(水)～27 日(金)
名古屋	第16回 平成 24 年 3 月 2 日(金)～ 4 日(日)
	第2回 平成 23 年 5 月 11 日(水)～13 日(金)
大阪	第8回 平成 23 年 10 月 19 日(水)～21 日(金)
	第3回 平成 23 年 5 月 21・28 日・6 月 4 日(各土)
	第6回 平成 23 年 9 月 9 日(金)～11 日(日)
	第12回 平成 23 年 11 月 16 日(水)～18 日(金)
広島	第15回 平成 24 年 2 月 29 日(水)～3 月 2 日(金)
	第9回 平成 23 年 10 月 19 日(水)～21 日(金)
仙台	第10回 平成 23 年 10 月 26 日(水)～28 日(金)
福岡	第13回 平成 23 年 12 月 7 日(水)～ 9 日(金)



平成 23 年度

メンタルヘルス関連セミナー申込書

中災防記入欄

※心理相談専門研修のお申込みには別様式の申込書が必要です。中災防窓口までお問合わせください※

セミナー名	第 回 平成 年 月 日 () 開催 会場		
フリガナ	年代をご記入ください。 □10代 □20代 □30代 □40代 □50代 □60代以上		
参加者	男・女		
フリガナ	フリガナ		
事業場	所属部課		
所在地	(勤務先・自宅) 〒 ー TEL () / FAX ()		
登録(修了)している THP指導者の 名称	健康測定研修修了医師 ・ ヘルシア・トレーナー ・ ヘルシア・リーダー 心理相談員・産業栄養指導者・産業保健指導者(該当するものに○)		※1 THP 指導者(登録・修了証) 番号

フリガナ			業種記号 ※2	
連絡担当者	〈参加者と同じ場合は不要〉		中災防会員についてご記入ください。 □ 非会員(一般) □ 中災防の会員又は賛助会員 ※3 (下欄に会員番号をご記入ください)	
フリガナ				
事業場 所属部課				
連絡先 参加票 送付先	(勤務先・自宅) 〒 ー TEL () / FAX () ※参加票送付先名称・所在地が、お届けの賛助会員名称・所在地と一致しない場合、賛助会員料金の適用はできません			

参加料の支払いは、平成 年 月 日(送金日)に 円を1. 銀行振込 2. 郵便振替 で送金します。
 ○参加料は、原則として研修開始日の2週間前までにお振込みください。
 ○参加取消の場合は、参加料お振込の有無に関わらず、セミナー開講7日前～前日までは参加料の30%・当日は参加料全額をキャンセル料として申し受けますのでご了承ください。なお、返金の振込手数料はご負担願います。
 ○開講後のご返金は如何なる場合でもお断りしておりますので、ご了承ください。

請求書 ・ 領収証(ご入用の場合は○をおつけください。) (宛名:)	通 信 欄
--	-------

2011.2

※1 THP 指導者登録、又は THP 指導者養成専門研修修了証の番号を記入してください。

※3 中災防(賛助)会員とは事業場ごとにお入りいただく中災防の会員制度です。入会されますと安全衛生の最新情報の無料提供、教育研修・専門技術サービスの利用料金の割引などの特典があります。年会費は5万円(50人未満の事業場は4万円)です。中災防会員(賛助会員)の事業場よりご参加の方は、必ず事業場の(賛助)会員番号を記入してください。

※2 業種記号欄には、下記の業種分類記号をご記入ください。

記号	業種分類	記号	業種分類	記号	業種分類	記号	業種分類
A	農林漁業	F	製造業(化学・石油・ゴム)	K	運輸・通信業	P	洗濯・理美容・浴場
B	鉱業	G	製造業(鉄鋼)	L	卸・小売業・飲食店・宿泊業	Q	廃棄物処理
C	建設業	H	製造業(非鉄金属・金属製品等)	M	金融・保険	R	自動車整備・機械等修理
D	製造業(食料品等)	I	製造業(機械関連)	N	医療・福祉	S	その他のサービス業(建物サービス、警備、派遣等)
E	製造業(繊維・衣服等)	J	電気・ガス・熱供給・水道業	O	教育・学習支援	T	他のサービス業

【個人情報について】

ご記入いただいた個人情報につきましては、当協会が責任をもって管理し、申込みいただいたサービスの的確な提供のために使用するほか、当協会が行なう各種セミナー、出版する図書、コンクールへの応募勧奨、アンケートのご案内、その他公益的な観点からの情報の提供等に利用することがあります。個人情報の二次利用に同意されない場合は口にチェックマークをご記入ください。

同意しない口

職場のメンタルヘルスセミナー等へ講師派遣をいたします

中災防では、心とからだの健康づくりに関する研修、セミナー等への講師派遣を行っています。最近では、腰痛や転倒の予防に関する依頼も増えてきていますが、依然、職場のメンタルヘルス対策は、組織経営に関わる重要な課題となっており、メンタルヘルスに関する適切な知識や管理監督者の役割等の教育を行うための講師派遣の依頼は多く、働く人の心身両面における健康づくりの必要性が意識されるようになってきています。

また、ストレス調査の結果を踏まえて、ストレス対処方法の理解や職場環境の見直しを行う等、ストレス調査と講師派遣を組み合わせて行うと効果的です。皆様のご要望にお応えできる内容を用意しておりますので、是非ご利用ください。

●管理監督者向け ラインケアコース（例）● ※体験実習を含んだ内容をおすすめしています。

講義・実習「メンタルヘルス対策と管理監督者の役割」

- ・働く人のストレスの現状
- ・メンタルヘルス対策（指針）と事業者責任
- ・職場環境等の問題点の把握と改善
- ・「いつもと違う」部下への対応 他 90分

実習「コミュニケーションに役立つ積極的傾聴法」

- ・2人組（3人組）で話の聴き方を学ぶ
- ・事例検討
- 他 90分

●一般従業員向け セルフケアコース（例）● ※体験実習を含んだ内容をおすすめしています。

講義・実習「ストレスと上手に付き合う」

- ・ストレスとは何か
- ・自分のストレスに気づく
- ・ストレス対処法を身につける
- ・調査票でストレスチェックする(別途資料代が必要) 90分

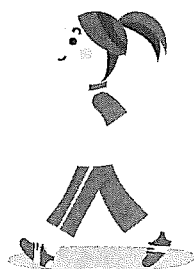
実習「メンタルヘルスとリラクゼーション」

- ・なぜリラクゼーションが必要か
- ・マッサージ、つぼ押しでからだをほぐす
- ・ストレッチでリラックス
- ・呼吸法、自律訓練法でリラックス 他 90分

【その他のプログラム（例）】

●健康づくり関連

- ・今日から始めるウォーキング
- ・腰痛予防のための運動
- ・職場でできる簡単体操
- ・VDT作業での疲れを和らげる方法
- ・転倒を予防するための運動
- ・メタボリックシンドロームはこうしてふせぐ 他



※上記のプログラムに、健康・体力チェック、食生活に関する講義、生活習慣改善の目標設定などの科目を加えて、1～2日間のコースを設定することができます。

【講師派遣料金】

内容	時間	料金(税込)
講義 実習	1回 90分まで	賛助会員 78,750円 一般 94,500円
	90分を超え 30分ごと	賛助会員 26,250円 一般 31,500円
1.上記の料金のほかに、派遣に要する交通費(宿泊を伴う場合は宿泊費)をご負担いただきます。		
2.指導内容、参加者数等により補助要員を必要とする場合は、1名につき上記料金の半額を申し受けます。		

【ストレス調査料金】（中災防ヘルプサービス）

<1人あたりの単価>		1,000名未満	1,000名以上
個人リ	賛助会員	567円	504円
ポート	一般	630円	567円
<1集団あたりの単価>			
集団リ	賛助会員	2,100円	
ポート	一般	2,520円	

【研修会・講師派遣のお問合せ・お申込み】

東 京	
〒108-0014 東京都港区芝 5-35-2 安全衛生総合会館 6F 中央労働災害防止協会 健康確保推進部 TEL:03-3452-2517 FAX:03-3453-0730	
大 阪	
〒550-0001 大阪市西区土佐堀 2-3-8 中災防 大阪労働衛生総合センター 健康確保推進室 TEL:06-6448-3840 FAX:06-6459-4195	
札 幌	
〒064-0919 札幌市中央区南 19 条西 9-2-25 中災防 北海道安全衛生サービスセンター TEL:011-512-2031 FAX:011-512-9612	
仙 台	
〒980-0011 仙台市青葉区上杉 1-3-34 中災防 東北安全衛生サービスセンター TEL:022-261-2821 FAX:022-261-2826	
名 古 屋	
〒456-0035 名古屋市熱田区白鳥 1-4-19 中災防 中部安全衛生サービスセンター TEL:052-682-1731 FAX:052-682-6209	
広 島	
〒733-0003 広島市西区三篠町 3-25-30 中災防 中国四国安全衛生サービスセンター TEL:082-238-4707 FAX:082-238-4716	
福 岡	
〒812-0008 福岡市博多区東光 2-16-14 中災防 九州安全衛生サービスセンター TEL:092-437-1664 FAX:092-437-1669	



平成 23 年度

T H P 指導者養成専門研修

《特定保健指導追加研修含む》

働く人の健康づくり（T H P）を進めるには、事業場において健康教育や健康相談のできる体制づくりが必要です（厚生労働省「事業場における労働者の健康保持増進のための指針」による）。これを具体的に展開するためには、健康に関する専門の知識に加え、職場のニーズに合った活動ができるスタッフの存在が欠かせません。中災防では、この指針に基づく6種類の健康づくり専門スタッフを養成する研修を行っています。また、「高齢者の医療の確保に関する法律」に基づく特定健康診査・特定保健指導の中で規定されているT H P指導者養成専門研修修了者が、特定保健指導における実践的指導の担当者となるための研修も開催しています。

1. 健康測定専門研修

- 働く人の健康状態を把握するための健康測定や、その結果に基づいた個人指導票の作成の他、運動・保健・メンタルヘルス・栄養それぞれの内容を含んだ講義でT H Pの展開についてご理解いただきます。
- 個人の運動プログラムを作成するのに役立つ運動負荷試験の実習も体験していただきます。

標準カリキュラム

※都合により一部変更する場合があります。

	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00
第1日	受付 開講式 オリエンテーション	健康確保総論Ⅰ (T H Pの考え方) (2.0)	昼食 休憩	健康確保総論Ⅱ (T H Pの現状) (1.0)	休憩	運動負荷試験の 基礎知識と安全対策 (2.0)	休憩	企業における 健康教育の実践Ⅰ (飲酒) (1.5)		
第2日	(実習)	運動負荷試験の実践 (3.0)	昼食 休憩	メンタルヘルスの 基礎知識 (1.5)	休憩	個人指導票の作成 (2.0)	休憩	食生活と健康 (1.5)		
第3日		運動生理 (3.0)	昼食 休憩	企業における 健康教育の実践Ⅱ (理念と展開) (1.5)	質疑応答	閉講式				

対 象 産業医（労働安全衛生法第13条第2項に規定する要件を備えた方）

開催期日 第1回 平成23年 9月 3日（土）～ 9月 5日（月）東京

定 員 40名（健康スポーツ医コース含む）

参加料（賛助）会員105,000円 一般119,000円（税込）

申込に必要な書類 1. 参加申込書（8ページの書式をコピーしてご使用ください）

2. 日本医師会認定産業医認定証のコピー又は医師の免許証のコピー（A4縮小）他

◆日本医師会認定産業医の生涯研修会の指定を受け単位を取得できる予定です。

◆日本医師会認定健康スポーツ医再研修の指定を受け単位を取得できる予定です。

◆「健康運動指導士、健康運動実践指導者のための登録更新に係る認定講習会」として単位を取得できる予定です。

2. 健康測定専門研修 健康スポーツ医コース

- 日本医師会認定健康スポーツ医をお持ちの産業医の方を対象とした、健康測定専門研修の短縮コースです。

標準カリキュラム

※都合により一部変更する場合があります。

	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00
第1日	受付 開講式 オリエンテーション	健康確保総論 (2.0)	昼食 休憩			運動負荷試験の 基礎知識と安全対策 (2.0)				
第2日	(実習)	運動負荷試験の実践 (3.0)	昼食 休憩	メンタルヘルスの 基礎知識 (1.5)	休憩	個人指導票の作成 (2.0)	閉講式			

対 象 産業医（労働安全衛生法第13条第2項に規定する要件を備えた方）で日本医師会認定健康スポーツ医の認定を受けている方

開催期日 第1回 平成23年 9月 3日（土）～ 9月 4日（日）東京

定 員 40名

参 加 料 (賛助)会員76,000円 一般84,000円(税込)

申込に必要な書類 1. 参加申込書(8ページの書式をコピーしてご使用ください)

2. 健康スポーツ医の認定証のコピー(A4縮小)

3. 日本医師会認定産業医認定証のコピー又は医師の免許証のコピー(A4縮小)他

◆日本医師会認定産業医の生涯研修会の指定を受け単位を取得できる予定です。

◆日本医師会認定スポーツ医再研修の指定を受け単位を取得できる予定です。

◆「健康運動指導士、健康運動実践指導者のための登録更新に係る認定講習会」として単位を取得できる予定です。

3. 運動指導専門研修 健康運動指導士コース (ヘルスケア・トレーナー養成研修)

●健康運動指導士をお持ちの方を対象としたコースです。

●様々な運動プログラムの作成・指導・レポートなど一連の演習を通して、働く人の生活スタイルに合ったプログラムの企画、展開の実践力を高めます。

標準カリキュラム

※都合により一部変更する場合があります。

	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00
第1日		受付	開講式 オリエンテーション	健康確保総論Ⅰ (THPの考え方) (1.5)	昼食 休憩	健康確保総論Ⅱ (THPの現状) (1.5)	休憩	体操Ⅰ(実習) (健康づくりのための体操) (2.5)		20
第2日	メンタルヘルスの 基礎知識(1.5)	休憩	体操Ⅰ(演習) (健康づくりのための体操) (2.0)	昼食 休憩	体操Ⅱ(演習) (職場で行う体操) (1.5)	休憩	体操Ⅱ(実習・演習) (職場で行う体操)(3.0)			
第3日	企業における 健康教育の実践Ⅰ (1.5)	休憩	運動指導の評価 (1.5)	昼食 休憩	諸外国の 健康づくり(1.5)	休憩	サーキット・エクササイズ(実習・演習) (3.5)			
第4日	面接技法 (1.5)	休憩	面接技法 (1.5)	昼食 休憩	サーキット・ エクササイズ (演習)(1.0)	休憩	リラクゼーション (実習)(1.5)			
	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00
第5日		受付	エアロビック・エクササイズ (演習)(2.0)	昼食 休憩	野外活動Ⅰ(ウォークラリー) (実習)(3.0)	休憩	リラクゼーション (演習)(1.5)			10
第6日	企業における 健康教育の実践Ⅱ (1.5)	休憩	エアロビック・ エクササイズ (実習)(1.5)	昼食 休憩	エアロビック・ エクササイズ (実習)(1.0)	休憩	スポーツ・マッサージ(実習) (3.0)			
第7日	労働生活と健康 (1.5)	休憩	レクリエーション・ ゲーム (実習)(1.5)	昼食 休憩	レクリエーション・ゲーム (実習・演習)(3.0)	休憩	意見交換 (1.5)			
第8日	運動プログラムの実際 (3.0)	昼食 休憩	運動プログラムの実際 (3.0)	閉講式						
	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00

対 象 健康運動指導士の資格を有する方

開催期日 第1週 平成23年 5月 24日(火)～ 5月 27日(金) 東京

第2週 平成23年 5月 30日(月)～ 6月 2日(木) 東京

定 員 40名

参 加 料 (賛助)会員120,000円 一般135,000円(税込)

申込に必要な書類 1. 参加申込書(8ページの書式をコピーしてご使用ください)

2. 健康運動指導士登録証のコピー

参加に必要な書類

運動実施に支障のない健康状態で参加していただくことに関する同意書を、研修初日の受付でご提出いただきます。これに必要な書類は参加票とともに送付します。

◆「健康運動指導士、健康運動実践指導者のための登録更新に係る認定講習会」として単位を取得できる予定です。

4. 運動実践専門研修（ヘルスケア・リーダー養成研修）

- 働く人の日常的な運動実践を援助し、生活習慣への定着を身近で支えるリーダーのための研修です。
 - 実習が多く含まれているので、運動指導の経験がない方でも運動への理解を深め、実践に活かすことができます。
- また、職場の健康づくりに必要な内容を網羅しているので、これから健康づくりを担当する方にお勧めです。

標準カリキュラム

※都合により一部変更する場合があります。

9:00		10:00		11:00		12:00		13:00		14:00		15:00		16:00		17:00	
		30														20	
第1日		受付	開講式 オリエンテーション	健康確保総論Ⅰ (THPの考え方) (2.0)			昼食 休憩		健康確保総論Ⅱ (THPの現状) (1.0)		休憩	(実習) 体操Ⅰ (健康づくりのための体操) (1.5)		休憩	事例研究 (1.5)		
第2日	受付	(実習) 救急処置 (3.0)					昼食 休憩		運動と健康 (1.5)		休憩	(実習) ウォーキング & ジョギング (1.0)		休憩	(実習) サーキット・ エクササイズ (1.5)		
第3日	受付	(実習) 野外活動 (ウォークラリー) (3.0)					昼食 休憩		食生活と健康 (1.0)		休憩	(実習) 運動機能検査の 基礎知識と実際 (1.5)		休憩	(実習) リラクゼーション (1.5)		
第4日	受付	意見交換 (1.5)			休憩	集団への アプローチ (1.5)		昼食 休憩		(実習) 体操Ⅱ (職場で行う体操) (1.0)		企業における 健康教育の実際 (1.5)		休憩	運動プログラムの 考え方 (1.0)		閉講式
9:00		10:00		11:00		12:00		13:00		14:00		15:00		16:00		17:00	
																10	

対 象 満18歳以上の方

開催期日 第1回 平成23年 9月 27日(火)～ 9月 30日(金) 大阪

第2回 平成23年10月 25日(火)～10月 28日(金) 東京

第3回 平成24年 3月 6日(火)～ 3月 9日(金) 大阪

定 員 20～40名

参加料 (賛助) 会員58,000円 一般65,000円(税込)

申込に必要な書類 参加申込書(8ページの書式をコピーしてご使用ください)

参加に必要な書類

運動実施に支障のない健康状態で参加していただくことに関する同意書を、研修初日の受付でご提出いただきます。これに必要な書類は参加票とともに送付します。

5. 心理相談専門研修（心理相談員養成研修）

- 職場のメンタルヘルス対策に必要な知識を学ぶとともに、心身両面に配慮した健康づくりについて理解します。
- 働く人のストレスに対する気づきの援助やリラクゼーションの指導を中心としたメンタルヘルス教育や、相談対応に必要な技法を体験します。

標準カリキュラム

※都合により一部変更する場合があります。

9:00		10:00		11:00		12:00		13:00		14:00		15:00		16:00		17:00	
		30														20	
第1日		受付	オリエンテーション 開講式	健康確保総論Ⅰ (THPの考え方) (2.0)			昼食 休憩		健康確保総論Ⅱ (THPの現状) (1.0)		休憩	メンタルヘルスの 基礎知識Ⅰ (産業ストレス) (1.5)			休憩	メンタルヘルスの 基礎知識Ⅱ (心身医学・産業精神医学) (1.5)	
第2日	受付	メンタルヘルスケア技法 (面接技法) (2.0)			休憩	メンタルヘルスケア技法 (グループダイナミクス) (1.5)			昼食 休憩		メンタルヘルスケア技法 (リラクゼーション技法) (1.5)			休憩	メンタルヘルスケア技法 (交流分析) (1.5)		
第3日	受付	企業における 健康教育の実際 (1.5)			休憩	心理相談担当者の 活動の実際 (事例紹介) (1.5)			昼食 休憩		心理相談担当者の活動の実際 (事例研究・意見交換) (3.5)					閉講式	
9:00		10:00		11:00		12:00		13:00		14:00		15:00		16:00		17:00	

対 象

1. 学校教育法による大学(原則として4年制)において、心理系(認定心理士取得可能レベル)、社会福祉系、又は保健系(医学・歯学・薬学・獣医学含む)の正規の学科を修めて卒業した方
2. 運動指導専門研修又はヘルスケア・トレーナー養成研修を修了した方
3. 保健師の資格をお持ちの方
4. 看護師の資格をお持ちの方で健康に関する面接又は相談の経験を1年以上有する方

5. 助産師の資格をお持ちの方で健康に関する面接又は相談の経験を1年以上有する方
6. 衛生管理者の資格をお持ちの方で健康に関する面接又は相談の経験を3年以上有する方
7. 労働衛生コンサルタント（保健衛生）の資格をお持ちの方で健康に関する面接又は相談の経験を2年以上有する方
8. その他、1～7までと同等の資格を有していると認められる方
 - ①精神保健福祉士 ②臨床心理士 ③認定心理士 ④産業カウンセラー ⑤社会福祉士
 - ⑥「ヘルス・リスナー技法研修」修了後、健康に関する面接又は相談の経験を3年以上有する方
 - ⑦「事業場内メンタルヘルス推進担当者養成研修」及び「管理監督者・職場リーダーのためのラインケアセミナー」修了後、健康に関する面接又は相談の経験を3年以上有する方 他

開催期日	第1回	平成23年	4月	20日（水）	～	4月	22日（金）	東京
	第2回	平成23年	5月	11日（水）	～	5月	13日（金）	名古屋
	第3回	平成23年	5月	21日・28日・6月4日	（各土）			大阪
	第4回	平成23年	6月	17日（金）	～	6月	19日（日）	東京
	第5回	平成23年	8月	3日（水）	～	8月	5日（金）	東京
	第6回	平成23年	9月	9日（金）	～	9月	11日（日）	大阪
	第7回	平成23年	9月	28日（水）	～	9月	30日（金）	東京
	第8回	平成23年	10月	19日（水）	～	10月	21日（金）	名古屋
	第9回	平成23年	10月	19日（水）	～	10月	21日（金）	広島
	第10回	平成23年	10月	26日（水）	～	10月	28日（金）	仙台
	第11回	平成23年	11月	4日（金）	～	11月	6日（日）	東京
	第12回	平成23年	11月	16日（水）	～	11月	18日（金）	大阪
	第13回	平成23年	12月	7日（水）	～	12月	9日（金）	福岡
	第14回	平成24年	1月	25日（水）	～	1月	27日（金）	東京
	第15回	平成24年	2月	29日（水）	～	3月	2日（金）	大阪
	第16回	平成24年	3月	2日（金）	～	3月	4日（日）	東京

定 員 60～100名

参 加 料 （賛助）会員41,000円 一般46,000円（税込）

申込に必要な書類 1. 参加申込書（8ページの書式をコピーしてご使用ください）

2. 資格証明書類
 - 対象1 卒業証書のコピー又は卒業証明書（A4縮小）
 - 対象2 研修の修了証のコピー
 - 対象3 保健師の免許証のコピー
 - 対象4・5・6 免許証のコピーと実務経験証明書
 - 対象7 登録証のコピーと実務経験証明書
 - 対象8 ①～⑤各資格を証明する書類（認定証、合格証等のコピー）
 - 対象8 ⑥～⑦研修修了証のコピーと実務経験証明書
- （実務経験証明書の記入については7ページをご参照ください）

◆「健康運動指導士、健康運動実践指導者のための登録更新に係る認定講習会」として単位を取得できる予定です。

※「事業場内メンタルヘルス推進担当者養成研修」「管理監督者・職場リーダーのためのラインケアセミナー」については、健康確保推進部（TEL03-3452-2517）へお問合せください。

6. 産業栄養指導専門研修(産業栄養指導者養成研修)

●働く人が自らの食行動に気づき、その偏りを改善するための指導・支援について学びます。

●個人に対する指導を振り返るための面接実習や食生活プログラムの作成演習を通して、栄養指導のスキルアップを図ることができます。

標準カリキュラム

※都合により一部変更する場合があります。

	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00
第1日	受付	30 オリエンテーション 開講式	健康確保総論Ⅰ (THPの考え方) (2.0)	昼食 休憩	健康確保総論Ⅱ (THPの現状) (1.0)	休憩	栄養指導論 (1.5)	休憩	産業栄養指導担当者の活動の実際 (1.0)
第2日	受付	集団へのアプローチ (1.5)	休憩	企業における健康教育の実際Ⅰ (理念と展開) (1.5)	昼食 休憩	企業における健康教育の実際Ⅱ (口腔保健) (1.5)	休憩	面接技法 (2.5)	
第3日	受付	食生活プログラムの実際 (2.0)	休憩	健康づくりのための栄養と運動 (1.5)	昼食 休憩	産業栄養指導担当者の活動の実際 (事例研究・意見交換) (2.0)	閉講式		
	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00

- 対 象 1. 管理栄養士の資格をお持ちの方
2. 栄養士の資格をお持ちの方で、労働者に対する栄養指導の実務経験を2年以上有する方
- 開催期日 第1回 平成24年 2月頃予定 ※決まり次第、当協会HP等でご案内いたします。
- 定 員 100名
- 参加料 (賛助) 会員39,000円 一般44,000円 (税込)
- 申込に必要な書類 1. 参加申込書 (8ページの書式をコピーしてご使用ください)
2. 資格証明書類 対象1 管理栄養士の免許証のコピー
対象2 栄養士の免許証のコピーと実務経験証明書
(実務経験証明書の記入については7ページをご参照ください)

- ◆ (社) 日本栄養士会との共催により同会の生涯学習の単位を取得できる予定です。
- ◆ 「健康運動指導士、健康運動実践指導者のための登録更新に係る認定講習会」として単位を取得できる予定です。
- ◆ 特定保健指導の食生活改善指導担当者になることを希望される方は、本研修に加えて「特定保健指導に係る食生活改善指導担当者研修」(THP 産業栄養指導担当者追加研修) への参加が必要です。(参加料別途・6ページ参照)

7. 産業保健指導専門研修 (産業保健指導者養成研修)

- 健康の保持・増進を目指した生活習慣定着のための保健指導について、必要となる知識・技能を習得する研修です。
- 運動・食生活・メンタルヘルス等、健康づくり全般を学ぶとともに、活動についての意見交換や生活支援プログラムの作成演習も含む、バラエティに富んだカリキュラムです。

標準カリキュラム

※都合により一部変更する場合があります。

	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00
第1日	受付	開講式 オリエンテーション	健康確保総論Ⅰ (THPの考え方) (2.0)	昼食 休憩	健康確保総論Ⅱ (THPの現状) (1.0)	休憩	メンタルヘルスの 基礎知識 (1.5)	休憩	食生活と健康 (1.5)
第2日	受付	運動と健康 (1.5)	休憩	集団へのアプローチ (1.5)	昼食 休憩	口腔保健 (1.5)	休憩	面接技法 (2.5)	
第3日	受付	企業における 健康教育の実際 (1.5)	休憩	産業保健指導担当者の 活動の実際 (事例研究・意見交換) 2.0)	昼食 休憩	生活支援プログラムの実際 (3.0)		閉講式	
	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00

- 対 象 1. 保健師の資格をお持ちの方
2. 看護師の資格をお持ちの方で、労働者に対する生活指導の実務経験を1年以上有する方
3. 助産師の資格をお持ちの方で、労働者に対する生活指導の実務経験を1年以上有する方
- 開催期日 第1回 平成23年 7月 13日 (水) ~ 7月 15日 (金) 東京
第2回 平成23年 11月 16日 (水) ~ 11月 18日 (金) 東京
第3回 平成23年 12月 14日 (水) ~ 12月 16日 (金) 大阪

定 員 80~100名

参加料 (賛助) 会員40,000円 一般45,000円 (税込)

- 申込に必要な書類 1. 参加申込書 (8ページの書式をコピーしてご使用ください)
2. 資格証明書類 対象1 保健師の免許証のコピー
対象2・3 免許証のコピーと実務経験証明書
(実務経験証明書の記入については7ページをご参照ください)

- ◆ 「健康運動指導士、健康運動実践指導者のための登録更新に係る認定講習会」として単位を取得できる予定です。
- ◆ 特定保健指導の食生活改善指導担当者になることを希望される看護師(※)、助産師の方は、本研修に加えて「特定保健指導に係る食生活改善指導担当者研修」(THP 産業保健指導担当者追加研修) への参加が必要です。(参加料別途・6ページ参照)

(注) 1年以上の実務経験を有する看護師の方は、平成24年度末までは特定保健指導の実施者として従事することが可能ですが、実務経験が無い場合は、本研修と併せて「特定保健指導に係る食生活改善指導担当者研修」を修了する必要があります。実務経験とは、事業主又は保険者が実施する生活習慣病に関する相談及び教育の業務に反復継続して、専ら携わっていることを指します (平成20年3月10日付健発第0310007号・保発第0310001号より)。

8. 特定保健指導に係る食生活改善指導担当者研修

(THP 産業栄養指導担当者追加研修) (THP 産業保健指導担当者追加研修)

共通標準カリキュラム (第2日目 上段 栄養/下段 保健)

※都合により一部変更する場合があります。

9:00		10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00
20									30
第1日	開講式	生活環境と生活習慣改善 (2.0)			昼食休憩	ライフステージと健康 (1.5)		栄養指導の展開 (1.5)	生活習慣に応じた栄養指導 (1.5)
第2日	栄養	生活習慣改善支援プログラムの基礎知識 (1.0)	休憩	メタボリックシンドロームに対する健康教育 (2.0)		昼食休憩	個人指導と集団指導 (3.0)		
	保健	生活習慣に応じた栄養指導 (1.5)	休憩	保健指導スキルアップの実際(意見交換) (1.5)				閉講式	
9:00		10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00
								30	

対象

THP 産業栄養指導担当者追加研修

産業栄養指導専門研修修了者(修了予定を含む)であり、特定保健指導における食生活改善に関する実践的指導を担当しようとする栄養士の方

◆平成20年3月までに産業栄養指導専門研修を修了した方、産業栄養指導専門研修を修了した管理栄養士の方の参加も可能です。(任意)

THP 産業保健指導担当者追加研修

産業保健指導専門研修修了者(修了予定を含む)であり、特定保健指導における食生活改善に関する実践的指導を担当しようとする看護師・助産師の方

◆平成20年3月までに産業保健指導専門研修を修了した方、産業保健指導専門研修を修了した保健師の方の参加も可能です。(任意)

開催期日 第1回 平成24年 3月22日(木)～ 3月23日(金) 東京

定員 100名 (THP 産業栄養指導担当者追加研修・THP 産業保健指導担当者追加研修含む)

参加料 (賛助) 会員26,000円 一般30,000円(税込)

申込に必要な書類 1. 参加申込書(8ページの書式をコピーしてご使用ください)
2. 産業栄養指導専門研修修了証、または産業保健指導専門研修修了証のコピー(同時に申込みの場合は不要)

◆THP指導者登録更新のための5単位を取得できます。

◆THP産業栄養指導担当者追加研修・THP産業保健指導担当者追加研修は、「健康運動指導士、健康運動実践指導者のための登録更新に係る認定講習会」として単位を取得できる予定です。

◆THP産業保健指導担当者追加研修は、日本産業衛生学会産業看護職継続教育のための単位を取得できる予定です。

職場の健康づくりセミナーへ講師を派遣いたします

中災防では、心とからだの健康づくりに関する研修、セミナー等への講師派遣を行っています。最近では職場のメンタルヘルス対策に関する依頼が多くなっていますが、特定健康診査・特定保健指導の実施に伴い、メディア等でよく耳にする生活習慣病(メタボリックシンドローム等)の予防に関する講師派遣の依頼も増えており、働く人の心身両面における健康づくりの必要性が意識されるようになってきています。皆様のご要望にお応えできる内容を用意しておりますので、ぜひご活用ください。

【プログラム(例)】

●健康づくり関連●

- ・メタボリックシンドロームはこうして防ぐ
- ・今日から始めるウォーキング
- ・職場でできる簡単体操
- ・VDT作業での疲れを和らげる方法
- ・リラクゼーションで心とからだを癒す
- ・お手軽筋力トレーニング

他

●メンタルヘルス関連●

管理監督者向け ラインケアコース

- ・メンタルヘルス対策と管理監督者の役割
- ・コミュニケーションに役立つ積極的傾聴法

一般従業員向け セルフケアコース

- ・ストレスと上手に付き合う
- ・メンタルヘルスとリラクゼーション

他

※詳しくは、中災防健康確保推進部または、各地区安全衛生サービスセンター(7ページ参照)までお問い合わせください。

研修申込方法

(1) 申込手順

① 申込書・必要書類を送る

申込書・必要書類をFAXか郵便でお送りください。
先着順で受付いたします。なお、FAX利用のできない方は
電話でお問合わせください。

※お申込み・お問合わせは、各開催地区センターへ。

(下記参照)

② 確認書が届く

申込書到着後、FAXか郵送で確認書を返送いたします。

※確認書では、受付番号・振込金融機関名・参加料・振込期限・不備書類等のお知らせをいたします。

※申込書送付後、1週間以内に確認書が届かない場合はご連絡ください。

③ 参加料を振り込む(研修1ヶ月前まで)

参加料は前納制です。

請求書・領収証が入用の場合は申込書にご記入ください。

※お振込の際は確認書でお知らせした受付番号をご記入ください。

※キャンセル料について

(参加料お振込の有無に関わらず発生します。)

取消の時期が開講の7日前～前日…参加料の30%

当日以降…参加料全額

返金の際は上記取消料と送金手数料を控除した額をご指定の銀行口座にお振込みいたします。

開講後のご返金は如何なる場合でもお断りいたします。

④ 参加票等が届く(研修の2週間前)

研修2週間前に参加票、会場案内図、日程表等をお送りします。

(2) 実務経験証明書について

右表の専門研修の種類、参加資格により所属長等による「実務経験証明書」が必要となります。記入例に示された内容が含まれていれば様式は問いません。

実務経験証明書(例)		〈記入例〉
氏名 生年月日		参加者の氏名、生年月日を記入してください。
上記の者は、下記の実務経験を有していることを証します。		
記		
1. 実務経験の内容()		該当する実務経験の内容を下記の表を参照して記入してください。
2. 経験年数 自 平成 年 月 至 平成 年 月 (年 月 日)		
平成 年 月 日		中断していたり勤務先が変わっている場合は2枚記入してください。
事業場名		
所在地 所属長等証明者	印	

専門研修の種類	参加資格	経験年数	実務経験の内容
心理相談 専門研修	○看護師 ○助産師 ○衛生管理者 ○労働衛生 コンサルタント 他 (4ページ参照)	1年 1年 3年 2年	健康に関する面接 又は相談
産業栄養 指導専門 研修	○栄養士	2年	労働者(従業員) に対する栄養指導
産業保健 指導専門 研修	○看護師 ○助産師	1年 1年	労働者(従業員) に対する生活指導

【問合せ・申込み先】

中央労働災害防止協会 <http://www.jisha.or.jp/health/>

東 京	大 阪
〒108-0014 東京都港区芝 5-35-2 安全衛生総合会館 6F 中央労働災害防止協会 健康確保推進部 TEL 03-3452-2517 FAX 03-3453-0730	〒550-0001 大阪市西区土佐堀 2-3-8 中災防 大阪労働衛生総合センター 健康確保推進室 TEL 06-6448-3840 FAX 06-6459-4195
仙 台	名 古 屋
〒980-0011 仙台市青葉区上杉 1-3-34 中災防 東北安全衛生サービスセンター TEL 022-261-2821 FAX 022-261-2826	〒456-0035 名古屋市熱田区白鳥 1-4-19 中災防 中部安全衛生サービスセンター TEL 052-682-1731 FAX 052-682-6209
広 島	福 岡
〒733-0003 広島市西区三篠町 3-25-30 中災防 中国四国安全衛生サービスセンター TEL 082-238-4707 FAX 082-238-4716	〒812-0008 福岡市博多区東光 2-16-14 中災防 九州安全衛生サービスセンター TEL 092-437-1664 FAX 092-437-1669



参加申込書

※中災防記入欄

--

第 回	専門研修 (会場) 平成 年 月 日 ~ 月 日										
第 回	担当者研修 (会場) 平成 年 月 日 ~ 月 日										
※同時にお申込みの場合は両方にご記入ください											
フリガナ	年代をご記入ください。 ☐ 10代 ☐ 20代 ☐ 30代 ☐ 40代 ☐ 50代 ☐ 60代以上										
参加者	男・女										
フリガナ	フリガナ										
事業場	所属部課										
所在地	(勤務先・自宅) 〒 - TEL () /FAX ()										
フリガナ	業種記号 ※1										
連絡担当者	中災防会員についてご記入ください。 ☐ 非会員 (一般) ☐ 中災防の会員又は賛助会員 (下欄に会員番号をご記入ください)										
フリガナ											
事業場 所属部課											
連絡先 参加票 送付先	(勤務先・自宅) 〒 - TEL () /FAX () ※参加票送付先名称・所在地が、お届けの賛助会員名称・所在地と一致しない場合、賛助会員料金の適用はできません										
資格証明 書類 (添 付)	申込みに必要な書類は研修により異なります。添付の書類の口をチェックマークをご記入ください。 <table border="0"><tr><td>THP 指導者養成専門研修</td><td>食生活改善指導担当者研修</td></tr><tr><td>☐ 卒業証書・卒業証明書コピー</td><td>☐ THP 産業保健指導専門研修修了証のコピー</td></tr><tr><td>☐ 資格証明書 ()</td><td>☐ THP 産業栄養指導専門研修修了証のコピー</td></tr><tr><td>☐ 実務経験証明書</td><td>☐ THP 指導者養成専門研修と同時申込みのため添付資料なし</td></tr><tr><td>☐ その他</td><td></td></tr></table> ※添付書類は当協会にて責任を持って廃棄いたします	THP 指導者養成専門研修	食生活改善指導担当者研修	☐ 卒業証書・卒業証明書コピー	☐ THP 産業保健指導専門研修修了証のコピー	☐ 資格証明書 ()	☐ THP 産業栄養指導専門研修修了証のコピー	☐ 実務経験証明書	☐ THP 指導者養成専門研修と同時申込みのため添付資料なし	☐ その他	
THP 指導者養成専門研修	食生活改善指導担当者研修										
☐ 卒業証書・卒業証明書コピー	☐ THP 産業保健指導専門研修修了証のコピー										
☐ 資格証明書 ()	☐ THP 産業栄養指導専門研修修了証のコピー										
☐ 実務経験証明書	☐ THP 指導者養成専門研修と同時申込みのため添付資料なし										
☐ その他											
●参加料は、原則として研修開始日 1 ヶ月前までにお振込みください。 ●参加取消の場合は、参加料お振込の有無に関わらず、研修開講 7 日前～前日までは参加料の 30%・当日は参加料全額をキャンセル料として申し受けますのでご了承ください。なお、返金の振込手数料はご負担願います。 ●開講後のご返金は如何なる場合でもお断りしておりますので、ご了承ください。											
請求書 ・ 領収証 (ご入用の場合は○をおつけください) (宛名:)	通 信 欄 ●健康測定専門研修にご参加の方で、医師免許証による申込の場合は、産業医としての契約 事業場名をご記入ください 2011. 2										

個人情報について

ご記入いただいた個人情報につきましては、当協会が責任をもって管理し、申込みいただいたサービスの的確な提供のために使用するほか、当協会が行う各種セミナー、出版する図書、コンクールへの応募勧奨、アンケートのご案内、その他公益的な観点からの情報の提供等に利用することがあります。個人情報の二次利用に同意されない場合は口をチェックマークをご記入ください。 同意しない ☐

※ 1 業種記号欄には、下記の業種分類記号をご記入ください。

記号	業種分類	記号	業種分類	記号	業種分類	記号	業種分類
A	農林漁業	F	製造業(化学・石油・ゴム)	K	運輸・通信業	P	洗濯・理美容・浴場
B	鉱業	G	製造業(鉄鋼)	L	卸・小売業・飲食店・宿泊業	Q	廃棄物処理
C	建設業	H	製造業(非鉄金属・金属製品等)	M	金融・保険	R	自動車整備・機械等修理
D	製造業(食料品等)	I	製造業(機械関連)	N	医療・福祉	S	その他のサービス業(建物サービス、警備、派遣等)
E	製造業(繊維・衣服等)	J	電気・ガス・熱供給・水道業	O	教育・学習支援	T	他のサービス業