

## 1月の研修の結果

### (1) 腰痛にならないために

1月18日、高崎市総合福祉センター会議室2で大澤武克相談員（衛生工学担当）を講師として実施しました。

腰痛は職業性疾病の7割を占めていることや、重量物取り扱い以外にも発生していることをご説明いただき、参加者の意見も挙げてもらいながら解説いただきました。参加者の方から「ポイントがまとまっている」とのご意見をいただきました。



### (2) 質問紙THIによるこころの健康チェック実演

1月19日、前橋テルサつつじで鈴木庄亮氏（NPO国際エコヘルス研究会代表）を講師として実施しました。

心の健康状況を知るために開発された質問紙THI（Total Health Index）についてご説明いただき、実際の実施例に基づく結果や効果等についても解説いただきました。参加者の方から「健診などでいかせれば」とのご意見をいただきました。



### (3) メンタルヘルス不調者への対応（その2）

1月26日、当センター研修室で鈴木浄美相談員（カウンセリング担当）を講師として実施しました。

メンタル不調者への対応、復職支援について具体的なケースを取り上げてお話いただきました。参加者の方から「とても分かりやすく具体的なお話で良かった」等のご意見をいただきました。



(4) 最新の労働衛生事情を監督署長と現場の衛生管理者に聞く

1月30日、渋川市中央公民館第一学習室で黛邦男氏（沼田労働基準監督署長）、林恵子氏（パナソニック電工群馬㈱）を講師として実施しました。

労働衛生管理についての行政の動向や実際の現場における労働衛生管理の活動状況についてご説明いただきました。参加者の方から「現在活躍している人のお話を聞けて良かった」等のご意見をいただきました。



(5) 支援者のメンタルヘルスに関する事例検討

1月31日、当センター研修室で松岡治子相談員（メンタルヘルス担当）を講師として実施しました。

他者を支援する過程において生じる支援者自身の感情や認知に焦点を当てた事例検討を行いました。参加者の方から「少数で、事例を挙げ、意見を出しあえて良かった」等のご意見をいただきました。

