

## 労務管理セミナー

## 『メンタルヘルス・休職・復職支援・就業障害のリスクマネジメント』

2020年2月4日(火) 14:00～16:00 (13:30開場)

会場 / 長野市ふれあい福祉センター 4階 会議室 2

\* お車で越越しの際は、第三駐車場又は緑町立体駐車場をご利用ください。

健康経営への取組みは、企業マネジメントの最重要課題の一つです。

今や、事業所の「メンタルヘルス」「病氣と仕事の両立」等に対する取組みは、新規採用と既存従業員の定着に欠かせない取組みとなっています。

特にメンタルヘルスの問題は、当該従業員にとどまらず、事業所全体にネガティブな雰囲気波及し、勤労意欲の減退、ひいては業績悪化を招くと言われています。

また、雇用主としても対応を誤ると予測もしない法的ペナルティを課されることとなります。

メンタルヘルス対策は日常的な安全衛生管理と発症後の人事労務管理・労災対策の両方が整ってこそリスクマネジメントといえます。

このセミナーでは、従業員にメンタルヘルスや身体的疾患が発症したことを想定して、これらの現状および基礎知識、休職中のリスクと対策・諸手当制度など、実践的な対策を詳しく解説します。「万全の備え」の一助になれば幸いですので、この機会にぜひご参加ください。

元気に職場をつくるメンタルヘルス対策！【実践編】

参加  
無料

## プログラム

- ① 労務者の心の現状とリスクマネジメント
- ② 勤労者の心身症・精神障害とうつ病の基礎知識
- ③ 就業障害・休業・長期療養後のリスクマネジメント
- ④ 職場復帰支援プログラム

## 講師

東京海上日動火災保険株式会社

本店広域法人部部長 兼 営業開発部参与 横山昌彦 氏



## &lt;プロフィール&gt;

本店で公務・広域・金融関連の法人営業を21年、秋田・茨城・長崎の地域パーソナル営業を15年担当。2006年からは商工3団体プロモーターとして、中小企業のリスクの分析、リスクヘッジ策の開発、普及推進を担当。「労災」「メンタルヘルス」「製品事故・P.L.・リコール」などのテーマを中心に、各分野におけるリスクマネジメントセミナーを全国で1200回以上実施している。

(ハラスメント防止コンサルタント/メンタルヘルスマネジメント検定広報大使/健康マスター検定推進リーダー)

【申込み〆切 1月29日(水)】

【FAX : 026-224-5126】 (このままFAXして下さい。)

長野市保健福祉部 高齢者活躍支援課 行

事業所名			サービス名	
部署・役職		氏名		
所在地				
TEL		FAX		

\* 本申込書にご記入いただいた内容につきましては、本セミナーの運営管理、各種情報提供以外の目的には使用いたしません。

【問い合わせ先】

長野市保健福祉部 高齢者活躍支援課

【住所】長野市大字鶴賀緑町1613番地

【TEL】026-224-5029

【FAX】026-224-5126



【主催】長野市保健福祉部  
高齢者活躍支援課

【共催】



東京海上日動火災保険株式会社

外国人技能実習制度における

## 介護技能実習評価試験受験対策プログラム

～ 受講のご案内 ～

## 長野県外国人介護人材受入支援事業補助金対象研修

受入施設における外国人技能実習生制度における介護技能実習評価試験合格に向け、個々の利用者の状態に応じた介護を適切に提供できるよう「介護の基本」「コミュニケーション技術」「移動、食事、衣服の着脱、排泄及び入浴の介護」「文化の理解」「介護の日本語」等の基礎的な理解の復習と「身体介護業務」「安全衛生業務」を理解し評価試験合格に向けた受験対策プログラムを実施いたします。

入国後講習にて、介護職員初任者研修を担当した講師と日本語の講習を担当した講師が責任をもって指導致します。

研修日時 令和2年3月7日(土)・3月21日(土)  
の2日間 (いずれか1日だけの参加も可能です。)

研修場所 小諸市和田215-2 メゾンエスポワール4F 第1研修センター  
JR小海線中佐都駅より歩いて15分のところ

講座内容

	日時	研修科目
1回目	3月7日(土) 10:00~16:00	午前:介護の基本・コミュニケーション技術 移動の介護・食事の介護 午後:身じたくの介護・排泄及び入浴の介護 介護の日本語・文化の理解・事故防止
2回目	3月21日(土) 10:00~16:00	午前:模擬試験 午後:模擬実技

受講資格 長野県内で就労する介護職種の技能実習生及び  
介護分野における1号特定技能外国人

定員 20名

受講申し込み方法 右側の申込用紙に記入の上、お申し込み下さい。

受講料 無料 (研修センターまでの交通費は別途ご負担いただきます。)

持ち物 昼食、飲み物、筆記用具、室内履き、動きやすい服装で参加下さい。

注意事項 研修会場までの、交通費はご負担下さい。

## 介護技能実習評価試験受験対策プログラム 申込書

申込日 年 月 日

1回目 3月7日(土)	参加希望人数 人 ※以下に氏名を記入ください。		
2回目 3月21日 (土)	参加希望人数 人 ※以下に氏名を記入ください。		
氏名	生年月日	年	月 日生 歳
氏名	生年月日	年	月 日生 歳
氏名	生年月日	年	月 日生 歳
氏名	生年月日	年	月 日生 歳
受入法人名	受入施設名		
施設住所	〒		
電話番号	FAX番号		
メールアドレス			
受入施設のご担当者様氏名			

上記内容をご記入の上、FAXにてお申込みください。

申込みFAX番号 【 0267-26-1637 】

## 一般社団法人海外介護士育成協議会

代表理事 甘利庸子 小諸市和田841-7  
TEL 0267-26-5050 FAX 0267-26-1637 (担当 関)

# 長野摂食嚥下リハビリテーション研究会

## 第 10 回 分科会

### 現場力向上！嚥下の基礎知識と技術を深めよう

日時：2020年3月7日（土） 8:50-16:30

8日（日） 8:50-15:00 （予定）

場所：社会福祉法人睦会 総合福祉施設やすらぎの園 大ホール

長野市篠ノ井杵淵213-4

毎年恒例の摂食嚥下研究会分科会のお知らせです。今回は北信地区（やすらぎの園）で行います。

高齢化が進む社会の中、認知症などで摂食嚥下障害になる方が増加し、食の支援はますます大切になっていきます。目の前の対象の方に摂食嚥下の問題があった時、自信をもって対応できますか？

今年のテーマは「現場力向上！嚥下の基礎知識と技術を深めよう」です。

嚥下障害の情報収集、評価、訓練に関する知識・技術の習得に加え、実習やグループワークを多く取り入れより実践的な内容となっています。

摂食嚥下障害の基本知識をかみ砕いてお伝えします。

嚥下障害に関して初心者の方のご参加大歓迎です！！

多くの方のご参加をお待ちしております。

3月7日(土)	対象者をとらえる	3月8日(日)	姿勢について
	のどを理解しよう		間接訓練
	障害の発見（飲み込み三角）		直接訓練（食事介助）
	栄養評価		嚥下障害対応総論
	嚥下調整食		総合実習
	義歯の取り扱い		
	口腔ケア		
	リスク管理		
	総合実習		

※なお、内容、スケジュール変更の可能性があります。

参加費： ¥6,000 予定（お弁当はありません、当日は昼食持参をお願いします）  
先着 30 名（定員になり次第締め切り）

ファックスにて申込の上、当日に参加費をお支払いください

## 2020年 第10回長野摂食嚥下リハビリテーション研究会分科会

「現場力向上！嚥下の基礎知識と技術を深めよう」

参加申込み用紙

**FAX 送信先：026-214-5177**

宮本歯科医院

日時：2020年3月7日（土）、8日（日）

場所：社会福祉法人睦会 総合福祉施設やすらぎの園 大ホール

参加申し込み者

お名前 \_\_\_\_\_ 職種 \_\_\_\_\_

所属 \_\_\_\_\_

住所 〒 \_\_\_\_\_

電話 \_\_\_\_\_ FAX \_\_\_\_\_

メールアドレス \_\_\_\_\_

摂食嚥下リハビリ療法の経験について伺います。グループ編成で参考にさせていただきます。

- a. 実践している
- b. まれに実践
- c. 講義を聴いた程度
- d. 経験なし

## 長野市消費者被害防止見守りネットワーク情報

# 「1回だけのつもりが、…」、 「定期購入」の契約になっている？

## 定期購入に関する相談が、全国的に (昨年同時期と比べ2.3倍)増えています！

サプリや化粧品など、「お試し価格 300 円」「今だけ 100 円」など、ネット販売やチラシで 1 回だけのつもりで商品を購入したところ、「2 回目に 4 カ月分がまとめて送られ（定期購入であった）40,000 円の高額な請求をされ、困っている。解約したい。どうすればよいか。」との相談が、急増しています。

**定期購入であることは、添付書類等に小さく書かれていることが多いので、注意してください。**

**商品を購入する前に、「定期購入」が条件となっていないか、しっかり確認してください。**

- ◆ 近所の高齢者の方に「声かけ」、「見守り」を日頃から行い、消費者被害の防止へのご協力をお願いします。

### ～不安を感じたら迷わず電話～

- ◆ 長野市消費生活センター 224-5777  
(消費者ホットライン 188)
- ◆ 長野中央警察署 244-0110
- ◆ 長野南警察署 292-0110  
(警察相談専用電話 #9110)

【発行元】長野市地域・市民生活部  
市民窓口課 消費生活センター  
〒380-0835 長野市大字南長野新田町 1485-1  
長野市もんぜんぶら座 4 階

## 介護予防教室・介護者教室・介護者のつどいのご案内（2020年2月）

年	月	日	曜日	時間帯	開始時間	終了時間	講座テーマ	主な内容	形態	実施会場の地区名	会場名	対象	参加費	定員	事前申し込み(要・不要)	申込開始日	担当	問合せ先電話番号	備考
2020	2	4	火	午後	1時30分	3時	介護予防教室 『美姿勢を目指すストレッチ講座』 『低栄養について』	運動	講座	更北	前瀬公民館	市内在住の65歳以上の方	無料	15人	不要		在宅介護支援センター インターコート藤	284-6215	【持ち物】 水分補給用の飲み物
2020	2	5	水	午後	1時30分	3時	介護者教室 『家族を特殊詐欺から守ろう！』	生活	講座	朝陽	朝陽支所 2階集会室	市内在住の40歳以上の方	無料	なし	要	月～金 9:00～ 17:15	地域包括支援センター コンフォートきたながいけ	254-5250	
2020	2	6	木	午後	1時30分	3時30分	介護予防教室 『みんなで楽しく笑って「脳活運動」』 4回シリーズの2回目	運動	教室	古牧	古牧公民館	市内在住の65歳以上の方	無料	40人	要	随時	地域包括支援センター ニチケア高田	269-0666	
2020	2	7	金	午前	10時	11時30分	介護予防教室 『あなたの知らない「骨学」の世界』	運動	講座	更北	川合公民館	市内在住の65歳以上の方	無料	15人	不要		在宅介護支援センター インターコート藤	284-6215	【持ち物】 水分補給用の飲み物
2020	2	10	月	午後	1時30分	3時	介護者教室 『家族を特殊詐欺から守ろう！』	生活	講座	大豆島	大豆島総合市民センター(視聴覚室)	市内在住の40歳以上の方	無料	なし	要	月～金 9:00～ 17:15	地域包括支援センター コンフォートきたながいけ	254-5250	
2020	2	13	木	午前	10時	12時	介護者教室 『認知症サポーター養成講座』 IN カフェ	介護	講座	吉田	ノルテナがの (3F大教室)	市内在住の40歳以上の方	無料	40人	要	随時	地域包括支援センター 吉田	266-0567	
2020	2	13	木	午後	1時30分	3時30分	介護予防教室 『みんなで楽しく笑って「脳活運動」』 4回シリーズの3回目	運動	教室	古牧	古牧公民館	市内在住の65歳以上の方	無料	40人	要	随時	地域包括支援センター ニチケア高田	269-0666	
2020	2	13	木	午後	1時30分	3時	介護者教室 『健康を保つストレッチ教室』	健康	教室	篠ノ井	介護老人福祉施設 やすらぎの園 (むつみホール)	市内在住の40歳以上の方	無料	なし	不要		在宅介護支援センター やすらぎの園	293-6160	
2020	2	17	月	午後	1時30分	3時	介護予防教室 『転倒予防教室⑦』	運動	教室	信州新町	信州新町福祉センター	市内在住の65歳以上の方	無料	なし	不要		地域包括支援センター 新町病院	291-2305	
2020	2	19	水	午前	10時30分	11時30分	介護予防教室 『背中すっきり体操』	運動	教室	鬼無里	鬼無里老人福祉センター(多目的ホール)	市内在住の65歳以上の方	無料	なし	不要		鬼無里 在宅介護支援センター	256-2962	
2020	2	19	水	午後	1時30分	3時30分	介護予防教室 『転倒予防教室③』	運動	教室	篠ノ井	南長野医療センター 篠ノ井総合病院(中央棟4階 あい講堂)	市内在住の65歳以上の方	無料	20人	要	10月から	地域包括支援センター 篠ノ井総合病院	261-1062	



## 介護予防教室・介護者教室・介護者のつどいのご案内（2020年2月）

年	月	日	曜日	時間帯	開始時間	終了時間	講座テーマ	主な内容	形態	実施会場の地区名	会場名	対象	参加費	定員	事前申し込み(要・不要)	申込開始日	担当	問合せ先電話番号	備考
2020	2	20	木	午後	1時30分	3時30分	介護予防教室 『みんなで楽しく笑って「脳活運動」』 4回シリーズの4回目	運動	教室	古牧	古牧公民館	市内在住の65歳以上の方	無料	40人	要	随時	地域包括支援センター ニチケア高田	269-0666	
2020	2	21	金	午前	10時30分	12時	介護者教室 『みんなの認知症ケア』	介護	教室	若穂	温湯温泉湯〜ぱれあ	市内在住の40歳以上の方	無料	25人	要	1月17日	地域包括支援センター ケアプラザわかほ	282-1631	
2020	2	25	火	午前	10時	11時	介護者のつどい 『介護を実際にやってみよう!』	介護	教室	古牧	古牧公民館	市内在住の介護をされている方	無料	20人	要	随時	地域包括支援センター ニチケア高田	269-0666	地区外の方で、第2部の交流会に参加される方は、別途お弁当代がかかります。
2020	2	25	火	午前	10時	11時30分	介護予防教室 『「腰痛」対策講座』	運動	講座	更北	真島公民館	市内在住の65歳以上の方	無料	15人	不要		在宅介護支援センター インターコート藤	284-6215	【持ち物】 水分補給用の飲み物
2020	2	25	火	午後	1時30分	3時	介護者教室 『認知症サポーター養成講座』	介護	講座	川中島	川中島町公民館	市内在住の40歳以上の方	無料	40人	要	随時	地域包括支援センター 星のさと	261-1588	
2020	2	25	火	午後	3時	3時30分	介護者のつどい 『認知症を語る会』	介護	つどい	川中島	川中島町公民館	市内在住の介護をされている方	無料	40人	要	随時	地域包括支援センター 星のさと	261-1588	
2020	2	26	水	午前	10時	11時30分	介護予防教室 『冬の運動不足解消!』 ～寒さに負けず身体を動かそう!～ 3回シリーズの3回目	運動	教室	若槻	若槻コミュニティセンター(大会議室)	市内在住の65歳以上の方	無料	30人	不要		地域包括支援センター 若槻ホーム	296-3303	
2020	2	26	水	午後	1時30分	3時	介護者教室 『音楽と軽い脳トレで楽しく日頃のストレスを発散しましょう』	介護	つどい	芹田	地域包括支援センター 芹田	市内在住の40歳以上の方	無料	なし	要	随時	地域包括支援センター 芹田	217-5650	
2020	2	27	木	午後	1時30分	3時	介護者教室 『知っておきたい薬のアレコレ』	医療	講座	第三	イーストプラザ権堂	市内在住の40歳以上の方	無料	30人	要	随時	地域包括支援センター コンフォートにしつるが	219-3510	
2020	2	27	木	午後	1時30分	3時	介護者教室 『健康を保つストレッチ教室』	健康	教室	篠ノ井	介護老人福祉施設 やすらぎの園 (むつみホール)	市内在住の40歳以上の方	無料	なし	不要		在宅介護支援センター やすらぎの園	293-6160	
2020	2	28	金	午後	1時30分	3時	介護予防教室 『お達者教室』 ～筋トレ・ストレッチ・リズム体操で体を動かそう～	運動	教室	小田切	かがやき広場小田切	市内在住の65歳以上の方	無料	なし	要	随時	地域包括支援センター 安茂里	226-3895	申し込み締め切り日 2月20日