

労働衛生週間 特別セミナー

メディアに出演の大学教授や医師等が産保ラジオに登場!



参加申込期間

**参加費
無料**

2023年**9月1日**午前10時から順次受付開始

参加方法は、会場参加とWeb参加があります。

※会場参加の場合、講師から直接アドバイスやデモ体験等が受けられます。

定員:会場参加者**30名** Web参加者**500名**

セミナー開催会場:神奈川産業保健総合支援センター研修室

9/13 水
15時開始

受付**9/1**～

ストレス研究の最先端

些細なマイクロストレスで大きな病気を引き起こす!?

講師 慶応義塾大学理工学部教授 **満倉 靖恵 氏**

9/20 水
15時開始

受付**9/1**～

頭痛はなぜ起こるのか

～生活習慣から考える、その対応と予防法について～

講師 頭痛治療の第一人者 埼玉国際頭痛センター センター長 **坂井 文彦 氏**

埼玉精神神経センター 鍼灸師・運動療法士 **田中 夏美 氏**

9/29 金
15時開始

受付**9/12**～

寝だめが心を壊す! 危険な社会的ジェットラグ!

講師 国際医療福祉大学教授 **中田 光紀 氏**

10/5 木
15時開始

受付**9/12**～

共催:神奈川県健康医療局保健医療部がん・疾病対策課

「知っておきたい 脳卒中から身を守る方法」

講師 聖マリアンナ医科大学特任教授
新百合ヶ丘総合病院脳卒中センター長 **長谷川 泰弘 氏**

特別セミナーの内容をご紹介します

9/13
水
開催

ストレス研究の最先端 些細なマイクロストレスで 大きな病気を引き起こす!?



満倉 靖恵先生

ストレスの見える化技術で、自分のストレスを目で見ることができる！
「医工連携」で開発された脳波計測技術を活用したリアルタイム感性把握ツール「感性アナライザ」で、ヒトの感情に重要な働きを及ぼすホルモン変動と脳波の関係を示す「定量的」波形からストレスを見ることができます。
一度、ご自身のストレスをご覧になって見ませんか。(会場参加者限定)

9/20
水
開催

頭痛はなぜ起こるのか ～生活習慣から考える、 その対応と予防法について～



坂井 文彦先生



田中 夏美先生

日本人の約4人に1人が、身近な症状である「頭痛」に悩んでいると言われていて、産業界では、「頭痛」による生産性の低下など、様々な影響を及ぼしていると言われています。頭痛治療につなげるための「頭痛ダイアリー」を考案し、「チーム医療」を通じた頭痛治療に取り組み、多くの治療実績を上げて来られた頭痛治療の第一人者の医師と頭痛体操の普及活動に取り組んでいるインストラクターが講演いたします。

9/29
金
開催

寝だめが心を壊す！ 危険な社会的ジェットラグ！



中田 光紀先生

睡眠時間帯のずれや睡眠不足から、睡眠負債や社会的ジェットラグが発生！体内でストレスホルモンのコルチゾールが増加し、うつ、高血圧、高血糖値等の原因に！ストレス解消の切り札「人生を変える睡眠法」を知ることで、睡眠問題と心身の健康との関係が理解でき、病気予防に役立ちます。

10/5
木
開催

「知っておきたい 脳卒中から身を守る方法」



長谷川 泰弘先生

脳卒中は、死亡を免れたとしても重い後遺症を残すことの多い病気です。脳を健康に保ち脳卒中や認知症にならない秘訣とは？
脳卒中を回避できる最後のチャンス「脳卒中の前触れ発作」を見逃さない方法とは？
専門医がわかりやすくお話しします。



参加申込方法

※定員に達し次第、お申込みを締め切らせていただきます。

独立行政法人 労働者健康安全機構
神奈川産業保健総合支援センター
〒221-0835 横浜市神奈川区鶴屋町3-29-1 第6安田ビル3階
TEL:045-410-1160



ホームページからの
お申込みのみ
受付いたします



神奈川産業保健総合支援センターHPの
「研修・講習会・交流会案内」からお申込みください。

※Web参加者には、お申込み後に登録されたメールアドレスあてに参加URLが届きます。

<https://www.kanagawas.johas.go.jp>

※電話やFAXによる申込受付は実施しておりません。

会場参加者への案内図



神奈川産保

