

令和8(2026)年度 中災防主催・共催研修会 THP登録更新単位一覧

研修名	単位数
事業場内メンタルヘルス推進担当者養成研修	5
管理監督者・職場リーダーのためのメンタルヘルス ラインケアセミナー(1日コース)	4
ハラスメント講座【オンライン】	2
メンタルヘルス教育に活かすセルフケア技法研修	4
メンタルヘルス支援に活かす認知行動スキルセミナー	3
ストレスチェック結果からの職場環境改善セミナー	4
マインドフルネス実践セミナー(事例から学ぶ職場のメンタルヘルスセミナー)	4
現場で活かせるコミュニケーションセミナー	4
高年齢労働者の活躍を促進するための安全衛生対策セミナー	3
心とからだの健康づくり指導者等のための実務向上研修(A～Cコース)	各6
特定保健指導実践者育成研修	5
ストレスチェック実施者養成研修	3 (科目免除の場合は2)
産業医のためのレベルアップセミナー	2
メンタルヘルス教育研修トレーナーコース	5
腰痛予防労働衛生教育インストラクターコース(総合コース)	2
ハード・ソフトで進める転倒災害防止セミナー	3