

◆□◆◆□ 群馬産業保健総合支援センター メルマガ第 129 号 ◆□◆◆□

□◆□◆□ ホームページ <http://www.gunmas.johas.go.jp/> □◆□◆□

平成 30 年 5 月 2 日 発信



このメールマガジンは群馬産業保健総合支援センターのホームページに掲載された新着情報やその他の産業保健情報について配信しています。

目 次

1. 平成 30 年度群馬産業安全衛生大会が開催されます
2. 産業保健セミナー(5～8 月)のご案内
3. 4 月のセミナー結果
4. 関係機関の動き
5. センターからのお知らせ
 - ①ストレスチェック制度の導入をサポートします！
 - ②新入社員など「若年者を対象としたメンタルヘルス教育研修」が始まりました！
 - ③治療と職業生活の両立支援事業をご利用下さい！
6. 独立行政法人労働者健康安全機構 本部からのお知らせ
「産業保健関係助成金」をご利用ください！

平成 30 年度群馬産業安全衛生大会が開催されます

平成 30 年度群馬産業安全衛生大会の開催日程が決まりました。

日 時：平成 30 年 7 月 3 日(火) 午後 1 時～4 時

場 所：群馬県JAビル 大ホール(前橋市亀里町 1310)

内 容：第一部 表彰式

群馬労働局長表彰、群馬労働基準協会連合会長表彰、各防災団体長表彰

第二部 講演 群馬労働局

第三部 特別講演「元客室乗務員が語るヒューマンエラーをなくすには」

講師 中原 由起子 氏(元全日空株式会社 客室乗務員)

*当日は当センターも例年通り会場に相談コーナーを設置しておりますので、お気軽にご相談下

さい。

事業主はじめ労働安全衛生に携わる方々の多数のご参加をお持ちしております。

詳しい内容につきましては、下記をご覧ください。

http://www.gunkiren.or.jp/pdf/news/1805_gunma-taikai.pdf



産業保健セミナー(5～8月)のご案内



当センターの産業保健セミナー(5～8月)を掲載します。

受講料・教材費は無料です。

*セミナーは、できるだけ計画通り実施したいと考えていますが、会場等の都合により、研修の中止や日程・会場の変更をすることがあります。

申し込み後の変更については、FAX またはメールにてご連絡致します。

☆お申し込み・詳細につきましては、ホームページをご覧ください☆

<http://www.gunmas.johas.go.jp/seminar/index.html>

日程	テーマ	開催場所
☆産業医研修		
5月9日(水)	『労働行政のあらまし～第13次労働災害防止計画と平成30年度群馬労働局の重点項目～』	群馬県生涯学習センター
5月16日(水)	『熱中症について～予防と対策～』	群馬県生涯学習センター
5月30日(水)	『健康診断の事後措置について』	群馬県生涯学習センター
5月31日(木)	『ストレスチェック制度について～制度の再確認と有効活用するための運用方法について～』	群馬県生涯学習センター
6月20日(水)	『治療と職業生活の両立支援について～企業としての取り組み方・すすめ方～』	群馬県市町村会館
6月28日(水)	『交流分析を使ったメンタルヘルス対策～タイプ別ストレス対処とコミュニケーションの取り方～』	群馬県生涯学習センター
7月19日(木)	『VDT作業の労働衛生管理～健康・快適な作業を行うために～』	前橋テルサ
7月26日(木)	『職域における発達障害～大人の発達障害をどう考えたらよいか～』	群馬県生涯学習センター

☆メンタルヘルス対策セミナー		
5月17日(木)	『 衛生管理者等が行う社内のメンタルヘルス相談 ～相談対応者に求められるスキルと心構え～(基礎編) 』	群馬メディカル センター
5月31日(木)	『 ストレスチェック制度について～制度の再確認と 有効活用するための運用方法について～ 』	群馬県生涯 学習センター
6月13日(水)	『 【セルフケア研修】 部下力アップ! ストレスに負けない“処方せん” 』	群馬メディカル センター
6月28日(水)	『 交流分析を使ったメンタルヘルス対策 ～タイプ別ストレス対処とコミュニケーションの取り方～ 』	群馬県生涯 学習センター
7月4日(水)	『 【ラインケア研修】 上司力アップ! 話し上手/きき上手 』	群馬メディカル センター
7月5日(木)	『 衛生管理者等が行う社内のメンタルヘルス相談 ～相談対応者に求められるスキルと心構え～(レベルアップ編) 』	群馬メディカル センター
7月26日(木)	『 職域における発達障害 ～大人の発達障害をどう考えたらよいか～ 』	群馬県生涯 学習センター
8月8日(水)	『 ゲートキーパー養成講座 』	群馬メディカル センター
☆健康保持増進対策セミナー		
5月30日(水)	『 健康診断の事後措置について 』	群馬県生涯 学習センター
6月20日(水)	『 治療と職業生活の両立支援について ～企業としての取り組み方・すすめ方～ 』	群馬県 市町村会館
☆作業環境管理セミナー		
5月16日(水)	『 熱中症について～予防と対策～ 』	群馬県生涯 学習センター
6月12日(火)	『 正しい呼吸用保護具の着用について ～フィットチェックの重要性と実際～ 』	群馬メディカル センター
7月19日(木)	『 VDT 作業の労働衛生管理 ～健康・快適な作業を行うために～ 』	前橋テルサ
☆関係法令セミナー		
5月9日(水)	『 労働行政のあらまし～第13次労働災害防止計画と 平成30年度群馬労働局の重点項目～ 』	群馬県生涯 学習センター

4月のセミナー結果

◎産業医研修

テーマ：『産業医の職務と産業医活動の実際』

開催日時：4月25日(水)14:00～16:00

会場：群馬県生涯学習センター 4階第1研修室

講師：藤田 晴康 相談員(群馬産業保健総合支援センター 産業医学担当)

参加者：27名

内容：ストレスチェック制度の導入や過重労働による健康障害の防止等の重要性が増す中、労働安全衛生法の改正により近年、産業医に求められる役割も変化し、対応すべき業務は増加しています。また、昨年6月1日から、施行された”産業医制度に係る見直し”で産業医活動も若干変わってきております。

本研修では、産業医の職務と実際の産業医活動について、経験等を交えながらお話しいただきました。

参加者からは、

「安衛法の細やかな内容について理解できた」「産業医の職務について、認識を新たにできた」「具体的で良かった」「知識の整理ができて良かった」「基本がよく分かった」等の意見をいただきました。



テーマ：『職場巡視について～労働衛生の5管理から考える職場巡視のポイント～』

開催日時：4月26日(木)14:00～16:00

会場：群馬県生涯学習センター 4階第1研修室

講師：内田 満夫 相談員(群馬産業保健総合支援センター 産業医学担当)

参加者：65名

内容：労働衛生管理を行っていく上で職場の作業環境の状態や作業方法等を把握することは重要です。そのために職場巡視を行うことが必要となります。しかし、ただ漠然と巡視していたのでは意味がありません。

本研修では、職場巡視を有効に行うために労働衛生の5管理から考えるポイントについてお話しいただきました。

参加者からは、

「総論と現場の巡視に役立つ内容で勉強になった」「具体例を挙げて丁寧に説明されている所に良い印象を持った」「永年(20年余り)職場巡視を行っている、時々マンネリになる。今回再勉強できた」「職場巡視にあたっての重要なポイントが体系的に網羅されていた」「5管理への理解が深まった」「手元資料が分かり易く参考になった」「話が上手。声が通り聞きやすい」「盲点になりやすい箇所を取り上げて頂き、これからの実施に参考になるべき点がたくさんあった」等の意見をいただきました。



◎メンタルヘルス対策セミナー

テ ー マ : 『新入社員のメンタルヘルス～セルフケアとコミュニケーション～』

開催日時 : 4月13日(金)14:00～16:00

会 場 : 群馬メディカルセンター 2階セミナー室

講 師 : 早川 洋子 促進員

(群馬産業保健総合支援センター メンタルヘルス対策・両立支援)

参加者 : 6名

内 容 : 新年度を迎え新社会人の方が多くの企業に入社したと思います。学生時代と違った環境の変化等により、メンタルヘルス不調になってしまうこともあります。そこで、職場のメンタルヘルスケアにおいて重要な柱の1つである「セルフケア」の基礎知識の習得と、働きやすい人間関係作りのためのコミュニケーションを学び、「自分の健康は自分で守る」という考えを理解し、そのためのストレスに対処する知識・方法を身につけることが重要です。



本研修で、新入社員がもっていると良いと思われるメンタルヘルスの基礎知識とストレス対処につながりそうなコミュニケーション技術(応答すること、報連相、アサーションなど)についてお話いただきました。

参加者からは、

「ストレスを感じた際の対処の仕方を知る事ができた」「早速、職場・家庭で取り入れていければと思う」「自分自身のケア(セルフケア)の為にも実行できるものでもあるが、新入社員(相手)にも伝える事で自分と相手にも良い方へ生きていくものだと感じた」「自分にはない知識を勉強でき、とても参考になった」「批判されるとどうしてもポシャってしまいがちだが、3ステップで冷静に対処できれば成長できるのではと思った」「資料も話し方も分かり易くて大変良かった」等の意見をいただきました。

テ ー マ : 『若手社員とのコミュニケーションの取り方』

開催日時 : 4月19日(木)14:00～16:00

会 場 : 群馬メディカルセンター 2階セミナー室

講 師 : 大小原 利信 相談員(群馬産業保健総合支援センター カウンセリング担当)

参加者 : 9名

内 容 : 新年度を迎え新社会人の方が多くの企業に入社したと思います。新入社員に環境の変化等での不安や戸惑いがあるのと同様に、迎え入れる側としても世代差による考え方のずれ等により、どのように接したらいいのか戸惑いがあるのも事実です。本研修では、世代差のある方々が良い関係性を気づくために必要なコミュニケーションの取り方についてお話いただきました。

参加者からは、

「管理者教育に役立つ大変分かり易いセミナーだった」「人とかかわり方、話の聞き方、態度など参考になった」「若手だけでなく、どの方に対してもとても勉強になる研修会だった。明日からさっそく今日学んだ事を役立てていきたい」「実践を含めて分かり易いセミナーだった」「新たな視点が得られた」「グループ学習を体験でき良か



った」「コミュニケーションの大切さについて再認識した」「自分で体験する事で、より一層気持ちがあったような気がした」等の意見をいただきました。

関係機関の動き

1. 「平成 30 年度特定健診・保健指導実施者育成研修（初任者編）」の開催について（群馬県）
<http://www.gunmas.johas.go.jp/topics/30tokuteihkennshinnhokennshidoushaikuseisemin-ar.pdf>
2. 陸上貨物運送事業及び商業における外国人労働者に対する安全衛生教育の推進について（厚労省）
<http://www.gunmas.johas.go.jp/topics/rikuiyoukamotsuunnsoujigyoyobishougyouniokerugaikokujinnroudoushanitaisuruannzenneiseikyokuikunosuishinnnitsuite.pdf>
未熟練労働者に対する安全衛生教育マニュアル
<http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000118557.html>
3. 「働く人に安全で安心な店舗・施設づくり推進運動」を初めて実施します(厚労省)
<http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/0000145844.html>
4. 治療と仕事の両立支援に関する診療報酬の新設について(厚労省)
<http://www.gunmas.johas.go.jp/topics/chiryoutoshigotonoryouritsushiennnikanssurushinnryouhoushuunoshinnsetsunitsuite.pdf>
5. 6 月は全国労働安全週間の準備月間です。
各労働基準協会では周知を図る為、下記日程で「労働安全週間趣旨説明会」を開催します。
 - ・6 月 5 日(火) 前橋
 - ・6 月 7 日(木) 館林
 - ・6 月 8 日(金) 吾妻
 - ・6 月 11 日(月) 伊勢崎
 - ・6 月 13 日(水) 藤岡
 - ・6 月 14 日(木) 高崎、太田、桐生
 - ・6 月 20 日(水) 渋川、沼田
 - ・6 月 21 日(木) 大泉

センターからのお知らせ

- ①ストレスチェック制度の導入をサポートします！
- ②新入社員など「若年者を対象としたメンタルヘルス対策教育研修」が始まりました！
- ③治療と職業生活の両立支援事業をご利用下さい！

①ストレスチェック制度の導入をサポートします！

平成27年12月1日から施行されました「ストレスチェック制度」について、当センターでは、研修会の他下記の支援を行っています。

☆実施方法などについて質問したい 「ストレスチェック制度サポートダイヤル」

電話相談窓口を開設しています。

電話番号:全国統一ナビダイヤル

0570-031050

※通話料金がかかります。

開設時間:平日 10時～17時

☆直接会社に来て助言してほしい 「個別訪問支援」

メンタルヘルス対策の専門家が、直接事業場を訪問して、ストレスチェック制度の導入について、各事業場の状況にあった具体的なアドバイスをします。(無料)

※申込は当センターホームページの「メンタルヘルス対策」からお願い致します。

<http://www.gunmas.johas.go.jp/mental/index.html>

②新入社員など「若年者を対象としたメンタルヘルス対策教育研修」が始まりました！

一昨年度から、従来の「管理監督者向けのメンタルヘルス教育研修」に加えて、新入社員をはじめ入社2～3年目の「若年者向けのメンタルヘルス教育研修」が始まりました。

管理監督者対象と同様、年1回無料でご利用いただけます。メンタルヘルス対策として、春に若手社員向け研修を、秋に管理監督者向け研修を計画すれば、年2回無料でご利用可能です。

その他、メンタルヘルス対策個別訪問支援では、専門スタッフが無料で事業場まで出向いてメンタルヘルス対策の体制づくり(心の健康づくり計画や就業規則、職場復帰プログラムの作成など)のお手伝いを致します。

※申込は当センターホームページの「メンタルヘルス対策」からお願い致します。

<http://www.gunmas.johas.go.jp/mental/index.html>

③治療と職業生活の両立支援事業をご利用下さい！

がん対策基本法が改正され、第8条に(事業主の責務)として、「事業主は、がん患者の雇用の継続等に配慮するよう努めるとともに、国及び地方公共団体が講ずるがん対策に協力するよう努めるものとする。」と新設、事業場にはがん等に罹患しても安心して働き続けられる職場、安全に働く事ができる職場を作るために積極的な取り組みが求められています。

また、平成28年2月には厚労省により「事業場における治療と職業生活の両立支援のためのガイドライン」が作成されました。

当センターでは、ガイドライン等の周知に取り組むとともに、各事業場に対して以下の支援を実施いたします。

☆個別訪問支援

両立支援促進員が職場を訪問し、導入を進めるための相談、事業場における体制づくり・規定や制度づくりへの助言(柔軟な年休制度、病気休暇制度等)など両立支援を進めるにあたっての枠組み作りをお手伝いします。(無料)

☆管理監督者・労働者教育

両立支援促進員が職場を訪問し、管理監督者や働く人に対する治療と職業生活の両立への理解を促す教育を実施します。(無料)

更に今後は「患者(労働者)と事業場との個別調整の支援」を実施する予定となっています。

※申込は当センターホームページの「治療と職業生活の両立支援」からお願い致します。

<http://www.gunmas.johas.go.jp/ryouritsushien/index.html>

独立行政法人労働者健康安全機構 本部からのお知らせ

「産業保健関係助成金」をご利用下さい！

機構本部では、産業保健関係助成金として、

- ①ストレスチェック助成金
- ②職場環境改善計画助成金(Aコース&Bコース)
- ③小規模事業場産業医活動助成金
- ④心の健康づくり計画助成金

を新設致しました。

職場における労働者の健康管理の為に活用をお待ちしております。

詳細、申込は、

<https://www.johas.go.jp/sangyouhoken/tabid/1151/Default.aspx>

「助成金制度専用ナビダイヤル」

電話番号:0570-783046(ナヤマヲシロウ)

※通話料金がかかります。

開設時間:9時~12時 13時~18時



「世界禁煙デー」とは、世界保健機関 (WHO)が制定した禁煙を推進するための記念日であり、毎年5月31日が世界禁煙デーとなっており、国際デーの1つです。

平成30年度「禁煙週間」は、5月31日(木)~6月6日(水)です。

今年度は、受動喫煙による健康への悪影響から人々を守ることを目的として、「2020年、受動喫煙のない社会を目指して～たばこの煙から子ども達をまもろう～」を禁煙週間のテーマとし、禁煙及び受動喫煙防止の普及啓発を積極的に行うことになっております。

たばこは健康をむしばむ大きな危険因子の一つです。さらに、喫煙本人だけでなく、たばこの煙を吸い込む周囲の人にも影響を及ぼします。

☆禁煙に取り組む為の3つのポイント☆

①禁煙外来を活用する

禁煙外来を利用すれば苦しまずに禁煙できます。一定の条件を満たせば健康保険も適用されます。



②吸わない環境づくりをする

喫煙コーナーへは近づかない、酒席は控えるなど、たばこのある環境から距離を置きましょう。また、たばこや灰皿は思い切って捨てましょう。



③禁煙仲間や応援者を探す

禁煙中にくじけそうになった時、助けになるのが禁煙仲間や禁煙を応援してくれる人の存在です。周囲の人は禁煙している人をぜひ応援しましょう。



＜＜群馬産業保健総合支援センターメール配信サービス解除、変更はこちらから＞＞

<http://www.gunmas.johas.go.jp/melmag/index.html>

＜＜このメールマガジンへのご意見・ご要望はこちらから＞＞

info@gunmas.johas.go.jp

《発行元》群馬産業保健総合支援センター

電話:027-233-0026 FAX:027-233-9966