

◆□◆◆□ 群馬産業保健総合支援センター メルマガ第 189 号 ◆□◆◆□

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

令和 3 年 6 月 15 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. 産業保健セミナー(7～10月)について
2. 5月のセミナー結果
3. 関係機関の動き
4. 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！
5. 独立行政法人労働者健康安全機構 本部からのお知らせ  
「働くあなたの健康と安全のために」のご案内！

### 認定産業医研修・産業保健セミナー(7～10月)について

当センター開催の認定産業医研修・産業保健セミナー(7～10月)を掲載します。  
受講料・教材費は無料です。

**※新型コロナウイルス感染防止の観点から、事前にお申し込みのない方の受講はできません。必ず申し込みをして下さい。**

**※当面の間、新型コロナウイルス感染症対策のため、県外にお勤めの方のセミナー受講はご遠慮ください。**

研修会・セミナーは、可能な限り計画通り実施したいと考えておりますが、新型コロナウイルスの感染状況や会場等の都合より、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
☆認定産業医研修 ※ <u>日本医師会認定産業医以外の方の受講はご遠慮願います。</u>		
7月21日(水)	『 有害業務における労働衛生3管理 』	群馬メディカルセンター
8月26日(木)	『 母性健康管理指導事項連絡カード及び 育児・介護休業法の改正等について 』	群馬メディカルセンター
9月14日(火)	『 じん肺について 』	前橋テルサ
9月16日(木)	『 治療と仕事の両立支援に必要な基礎知識 ～事業場における健康情報の取り扱い～ 』	群馬メディカルセンター
☆産業保健セミナー ※ <u>日本医師会認定産業医更新の単位取得のセミナーではありません。</u>		
7月6日(火)	【Web開催】『 がん薬物療法と仕事の両立支援 』	群馬メディカルセンター
7月7日(水)	『 人間関係&仕事を円滑にすすめるための アサーション・トレーニング～上手な自己表現～ 』	群馬メディカルセンター
7月21日(水)	『 有害業務における労働衛生3管理 』	群馬メディカルセンター
8月26日(木)	『 母性健康管理指導事項連絡カード及び 育児・介護休業法の改正等について 』	群馬メディカルセンター
9月1日(水)	『 ゲートキーパー講座【基礎編】 』	前橋テルサ
9月8日(水)	『 アンガーマネジメント ～「怒り」の感情との上手な付き合い方～ 』	前橋テルサ
9月10日(金)	『 ゲートキーパー講座【事例検討・職場編】 』	前橋テルサ
9月16日(木)	『 治療と仕事の両立支援に必要な基礎知識 ～事業場における健康情報の取り扱い～ 』	群馬メディカルセンター
10月1日(金)	【Web開催】『 乳がん治療と仕事の両立支援 』	群馬メディカルセンター
10月29日(金)	【Web開催】『 更年期障害と仕事の両立支援 』	群馬メディカルセンター

5月のセミナー結果

◎認定産業医研修

テーマ：『産業医総論』

開催日時：5月12日(水)14:00～16:00、5月25日(火)14:00～16:00

会場：群馬メディカルセンター 2階大会議室

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：5月12日(水):28名、5月25日(火):15名

内容：産業医には「働く人の健康確保」をするため、労働衛生(産業保健)に関する専門的知識・経験に基づく労働者の健康障害の予防のみならず、労働者の心身の健康の保持増進、さらに快適な職場環境の形成に関する助言、指導等が期待されています。近年、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、2019年4月には働き方改革関連法の施行により法律上の権限が強化され、産業医に求められる役割も変化、対応すべき業務は増加し産業医活動も若干変わってきております。

本研修では、産業保健活動の基本となる労働衛生の3管理(作業管理、作業環境管理、健康管理)を中心に産業医の職務と役割、実際の産業医活動について、お話いただきました。

参加者からは、

「基本の再確認ができた」「産業医業務の全体像の理解に役立った」「産業医知識の整理、知らなかった事の認識ができた」「健康状態と避けるべき業務内容は、すぐに事後措置で活用できそう」「現状や総論を聞く事で立ち位置の確認ができた。新情報をアップデートできた」「普段認識していない事に対し、改めて確認する事ができた」「新しい法律の紹介が参考になった」「説明が分かり易く、ポイントがまとまっていて伝え方の勉強にもなった」等の意見をいただきました。



### ◎産業保健セミナー

テーマ：『ストレスチェック制度について～制度の再確認と有効的な活用について～』

開催日時：5月19日(水)14:00～16:00

会場：前橋テルサ 9階浅間の間

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：4名

内容：ストレスチェック制度開始から5年が経過しましたが、ストレスチェックは実施しているものの、集団分析の結果を職場環境改善に活かされていないのが現状ではないでしょうか。本研修では、改めてストレスチェック制度について再確認をおこない、集団分析結果をどのように改善につなげて行くのか、その有効活用についてお話いただきました。

参加者からは、

「メンタルヘルスの重要性に気づけた」「制度の本質や使い方が理解できた。弊社での取り扱いとは差異があるように思えたので確認していきたい。産業医、保健師とも連携を取って対応したい」「ストレスチェック制度にとどまらず、メンタルヘルスを考えていきたい」「安全衛生委員を活用していく道筋が立てられたのでとてもありがたかった」「具体的に体感できるものや他の業種の方のお話も聞けて良かった」「改めてストレスチェック制度を見直していきたいと思う」

等の意見をいただきました。



テーマ：『受動喫煙について』



開催日時 : 5月21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 : 柿沼 泰明 相談員(群馬産業保健総合支援センター 労働衛生工学担当)

参加者 : 3名

内容 : 健康増進法の一部改正に伴い受動喫煙防止対策も努力義務から義務化され、職場においても建物内は全面禁煙となりました。

本研修では、受動喫煙による健康への有害性、職場における受動喫煙防止対策等についてお話いただきました。

参加者からは、

「受動喫煙による影響を具体的な数値で示され、説得力があった」「他事業所の取り組みについて知る事ができ参考になった」

等の意見をいただきました。



テーマ : 『熱中症について~予防と対策~』

開催日時 : 5月26日(水)14:00~16:00

会場 : 群馬メディカルセンター 2階大会議室

講師 : 大澤 武克 相談員(群馬産業保健総合支援センター 労働衛生工学担当)

参加者 : 6名

内容 : 毎年恒例の熱中症の研修です。

本研修では、本格的な暑さを迎える前に予防の基本を再確認し、対処法および作業環境管理と作業管理についてお話いただきました。

テーマ : 『【Web開催】治療と仕事の両立支援~取組の始め方と進め方~』

開催日時 : 5月28日(金)14:00~16:00

会場 : Web開催

講師 : 早川 洋子 促進員(群馬産業保健総合支援センター 両立支援)

参加者 : 9名

内容 : 「治療と仕事の両立」を実現させるためには事業場側の取り組みや理解が非常に重要です。しかし、「治療と仕事の両立支援」は個別性も高く、困難を感じている事業場も多いと思います。

本研修では、「治療と仕事の両立支援のためのガイドライン」や「企業・医療連携マニュアル」の使い方など、どのように支援を始めればよいのかを具体的にお話いただきました。

参加者からは、

「取り組みの進め方の課題や現状を知る事ができ有益だった。弊社では既に看護師達のお陰で取り組んでいるという事も分かった」「お話が分かり易く、WEBでグループワークは初めてだったが、スムーズに進行されていて良かった」「グループワークで各企業の担当者の現状、抱えている問題点等を共有でき勉強になった。職場の上司・役員理解不足が皆さんの一番の問題点である事がよく分かった」「両立支援や復職支援のガイドライン内で活用様式を知れ、ちょうど複雑な既往歴と今後の部署変更、業務内容の変更等が多い事例であった為、産業医と総務で話し合いながら復職と両立支援を進めていきたいと思った。すぐに活用できる内容だったのでとても参考になった」「治療と仕事の両立支援に取り組むにあたって企業側としてのメリットは納得できるものだと思うので、今後取り組むにあたっての参



考にしたい」  
等の意見をいただきました。

## 関係機関の動き

1. 令和 3 年度「STOP！熱中症クールワークキャンペーン」社内教育に、ポータルサイトを活用しましょう（厚労省）  
<https://www.gunmas.johas.go.jp/topic/img/272-0.pdf>
2. 母性健康管理指導事項連絡カードを改正します！（厚労省）  
<https://jsite.mhlw.go.jp/gunma-roudoukyoku/content/contents/000850978.pdf>
3. テレワークの適切な導入及び実施の推進のためのガイドラインについて（厚労省）  
<https://www.mhlw.go.jp/content/000766329.pdf>
4. 石綿障害予防規則及び厚生労働省の所管する法令の規定に基づく民間事業者等が行う書面の保存等における情報通信の技術の利用に関する省令の一部を改正する省令等の施行について（厚労省）  
<https://www.gunmas.johas.go.jp/topic/img/277-0.pdf>
5. エックス線装置の点検作業等における被ばく防止の徹底について（群馬労働局）  
<https://www.gunmas.johas.go.jp/topic/img/280-0.pdf>
6. 令和 3 年度労働保険の年度更新手続きについて（群馬労働局）  
[https://jsite.mhlw.go.jp/gunma-roudoukyoku/hourei\\_seido\\_tetsuzuki/roudou\\_hoken/R2nendokousin\\_0001.html](https://jsite.mhlw.go.jp/gunma-roudoukyoku/hourei_seido_tetsuzuki/roudou_hoken/R2nendokousin_0001.html)
7. 「令和 3 年度業務改善助成金のご案内について【群馬県版】」（群馬労働局）  
<https://jsite.mhlw.go.jp/gunma-roudoukyoku/content/contents/000853146.pdf>
8. 基本的対処方針の改正等を踏まえた、職場における新型コロナウイルス感染症対策の拡充について、関係事業者団体等に再度協力を要請しました（群馬労働局）  
<https://jsite.mhlw.go.jp/gunma-roudoukyoku/content/contents/000875470.pdf>
9. 「令和 3 年度両立支援コーディネーター基礎研修」を開催致します。令和 2 年度に引き続きオンライン形式で研修を開催致します（独立行政法人労働者健康安全機構）  
<https://www.johas.go.jp/ryoritsumodel/tabid/1968/Default.aspx>
10. 「労働安全衛生法に関する化学物質管理の無料相談窓口」のご案内について（テクノヒル(株)化学物質管理部門）



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 治療と仕事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すると共に、「患者(労働者)と事業場との個別調整の支援」を行っています。

※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

### 「働くあなたの健康と安全のために」のご案内！

機構本部では、職域における労働者の健康と安全の為に様々な情報を提供しています。

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

#### ① 産保センターWeb ひろば

産業保健総合支援センター(さんぽセンター)、地域産業保健センター(地さんぽ)で行なっている詳しいサービス内容や産業保健に関する資料の紹介など、今後さらに役に立つコンテンツを拡充していきます。

「さんぽセンター」「地さんぽ」が提供するサービスについて、俳優の谷原章介さんがわかりやすく解説します。

<https://www.johas.go.jp/Portals/0/sanpocenter/webhiroba.html>

#### ② 治療と仕事の両立支援～「会長 島耕作」特別編～

島耕作が自社で治療と仕事の両立支援に取り組む特別編マンガを公開中です。

前編 <https://chiryoutoshigoto.mhlw.go.jp/dl/comic1.pdf>

後編 <https://chiryoutoshigoto.mhlw.go.jp/dl/comic2.pdf>

### ③ 産業保健関係助成金のご案内

<https://www.johas.go.jp/sangyouhoken/tabid/1251/Default.aspx>

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。

「助成金制度専用ナビダイヤル」

電話番号:0570-783046(ナヤマシロウ)

※通話料金がかかります。

開設時間:9時～12時 13時～18時



### ☆食べる力は生きる力を守る 歯の健康☆

食べ物を何でもかんで食べられると、栄養を十分に摂取できる為、体力・免疫力が向上し、病気にかかりにくくなります。また、口の中が清潔に保たれていると、病原体が口に入っても感染しにくくなります。歯と口のケアで、健康を維持しましょう。

#### ① 歯磨きで「プラーク」を取り除く

歯の表面のネバネバした付着物は、食べカスではなく、歯周病菌や歯菌のかたまり「プラーク」です。毎日の歯磨きで、徹底除去しましょう！

歯と歯の間には、デンタルフロス(糸ようじ)や歯間ブラシが有効です。

#### ② 自分の歯「80歳で20本」を目標に！

何でもおいしく食べる為には、20本以上の歯が必要です。歯周病と虫歯は、歯を失う原因の7割以上を占めます。自分で行う歯磨きと、歯科で行うプロのケアの二段構えで歯を守り、20本以上の歯を維持しましょう。

#### ③ 定期的な歯科検診で安心！お得！！

歯茎の内側のプラークには、歯ブラシが届きません。その為、歯科医師や歯科衛生士の手で定期的に除去してもらう必要があります。また、歯科検診で歯周病や虫歯を早期発見できれば、治療費は低額で済み、歯も維持できて良いことづくめです。

#### ♪健康をも守るスーパー分泌液「だ液」

だ液には、ウイルスや細菌などの病原体から私達を守る免疫物質が含まれています。だ液をたくさん出すコツは、「よくかむ事」。よくかめる歯を維持し、食事はひと口30回を目安にかんで、だ液力を増強しましょう。



=====  
<<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>>

<https://www.gunmas.johas.go.jp/mailmag/>

<<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](mailto: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