

◆□◆◆□ 群馬産業保健総合支援センター メルマガ第 202 号 ◆□◆◆□

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

令和 4 年 5 月 6 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. 認定産業医研修・産業保健セミナー(5～6月)について
2. 4月の認定産業医研修・産業保健セミナー開催結果
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 メンタルヘルス対策支援をご利用下さい
 - ③ 治療と仕事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(5～6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(5～6月)を掲載します。

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>

- ・新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、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。
- ・規模を縮小して実施している為、当面の間、県外にお勤めの方の受講はご遠慮下さい。
- ・緊急事態宣言が発出された場合は、研修・セミナーは、全て中止させて頂きますのでご理解の程よろしくお願い致します。その場合には、ホームページ、FAX またはメールにてお知らせ致します。

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>		
5月11日(水)	『産業医総論』 *すでに本研修は定員となりました。	群馬県 市町村会館
5月17日(火)	『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 市町村会館
5月19日(木)	『糖尿病治療と仕事の両立支援』 *すでに本研修は定員となりました。	前橋テルサ
5月26日(木)	『健康診断の事後措置』 *すでに本研修は定員となりました。	群馬県 市町村会館
6月3日(金)	『健康診断の事後措置』 *すでに本研修は定員となりました。	前橋テルサ
6月21日(火)	『産業医総論』	群馬県 市町村会館
☆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>		
5月17日(火)	『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 市町村会館
5月19日(木)	『糖尿病治療と仕事の両立支援』 *すでに本研修は定員となりました。	前橋テルサ
5月26日(木)	『健康診断の事後措置』 *すでに本研修は定員となりました。	群馬県 市町村会館
6月3日(金)	『健康診断の事後措置』 *すでに本研修は定員となりました。	前橋テルサ

4月の認定産業医研修・産業保健セミナー開催結果

◎認定産業医研修

テーマ：『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～』

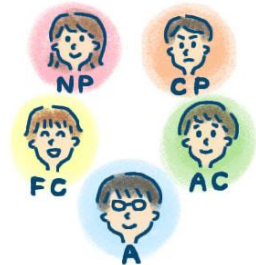
開催日時：4月18日(月)14:00～16:00

開催会場：群馬県市町村会館 501 研修室

講師：羽鳥 裕明 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：26名

内容：職場でのメンタルヘルス不調(ストレス)の要因で最も多いのは人間関係(コミュニケーション不全)です。メンタルヘルス対策を行っていく上で気づき、声かけ等いかに上手にコミュニケーションを取っていけるかが重要になります。コミュニケーションというのは単なる意志の伝達もありますが、一対一の関係ではお互いが何かを解決しようと求める場合もあり画一的な対応ではありません。



本研修では、精神科医エリック・バーンの創案した交流分析についてお話いただきました。交流パターンを理解することで自身が受けやすいストレスとその対処法を知り、また、周囲にどのようなストレスを与えてしまうのかが分かり、コミュニケーション不全によるストレスを減らすことができます。

更に、クライアントとの問題解決へのヒントや、カウンセリングへの応用のヒントなども、具体的な事例を基にお伝えいただきました。交流分析によりコミュニケーション能力の向上をはかることで、メンタルヘルス不調者への対応に役立ちます。

参加者からは、

「診療する上での必要なコミュニケーションスキルの改善、向上につながる」「交流分析について大変勉強になった。自分を知る事が大切で、私も職場で上司の為、今後自分でも使っていきたい」「個々の場面を設定して対処の仕方を分かり易く説明して頂いた。実臨床に際しても対応の仕方が自分なりに身に付いたように思う」「コミュニケーションの取り方が参考になった」「メンタルヘルスの面からだけでなく、妻との会話・対応など日常の対応についても役立つ内容だった」「コミュニケーションの取り方の難しさを知った」「分かり易い表現でなかなか高度な内容だった」

等の意見をいただきました。

テーマ：『特定化学物質障害予防規則の改正について～溶接ヒュームの対応等～』

開催日時：4月27日(水)14:00～16:00

開催会場：群馬県市町村会館 501 研修室

講師：秋葉 一好 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：30名

内容：特定化学物質障害予防規則が改正され、令和3年4月1日から施行・適用され、溶接ヒュームが特定化学物質となりました。

本研修では、改めて特定化学物質障害予防規則についての解説をおこなうと共に、法改正に伴い必要となる対応についてお話いただきました。

参加者からは、

「頻度は少ないもののアーク溶接を行っている為対策を展開したい」「病院でも有機溶剤を使用する部署があるので参考になった」「今まで確認していない事項があった事に気づけた」「溶接ヒューム健診に数名来てよく分からなかったのが参考になった」「知らない事ばかりで勉強になった。今まで受けた研修会で一番良かった」「安全への取り組みの考え方がよく分かった」「資料が理解し易かった」「事業所へ健診を行っているが、普通のサージカルマスクで溶接ヒューム作業を行っている事業所がいくつもあり、大変疑問に思っていた。作業主任者がいないのか？センターをご紹介しようと思った」「普段扱わない領域の為有益であった」「今回初めて群馬県市町村会館で研修を受けたが、会場としても今までで一番良い。駐車場が広く利用しやすい。会場がきれい」

等の意見をいただきました。



関係機関の動き

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 メンタルヘルス対策支援をご利用下さい

平成 28 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 回無料を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 回無料をご利用可能です。

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「治療と仕事の両立支援」からお願い致します。

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

外食時は禁煙の店舗を利用するなど、他者のたばこの煙を避けましょう。

♪新型(電子・加熱式)たばこも健康を害します♪

新型たばこも、ニコチン・発がん性物質などの有害物質を含みます。「新型たばこだから問題ない」というわけではありません。

<<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

《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