

このメルマガジンは群馬産業保健推進センターのホームページに掲載された新着情報や産業保健情報を配信します。

東北地方太平洋沖地震により被災された皆様に、心よりお見舞いを申し上げます。
一日も早い復興をお祈りします。

=====

目 次

=====

1. 被災地域の労働者やご家族からの健康相談窓口の設置について
 2. 産業保健セミナー（4・5月の予定）のご案内
 3. 3月のセミナー結果
 4. その他関係機関の動き
- =====

被災地域の労働者やご家族からの健康相談窓口の設置について

=====

当センターでは、東北地方太平洋沖地震の被災地域の労働者やご家族の方を支援するために健康相談窓口を設置しました。

- ・当面はメンタルヘルスに関するご相談を中心にお受けいたします。
- ・精神科医・カウンセラー・心理士が窓口でお待ちしています。
- ・相談日は当センターのホームページをご覧ください。
- ・問合せ先 0120-226272（メンタル相談）

0120-765551（健康相談）

相談はすべて無料です。

=====

産業保健セミナー（4・5月の予定）のご案内

=====

4・5月分を掲載します。

できるだけ計画通り実施したいと考えていますが、計画停電が継続された場合は、会場や交通機関の状況等により、研修の中止や日程・会場の変更をすることがあります。

お手数ですが、直前にホームページでご確認の上ご参加ください。

（申し込みいただいた後の変更については、連絡先がはっきりしている方には、センターからご連絡いたします。）

（1）最近の「うつ」への対応 ～仕事の与え方、休ませ方、復職への配慮～

開催日時 4月15日（金）14：00～16：00
会場 渋川中央公民館
講師 嶋方 喜斌氏（カウンセリングルーム「雨上がり」主宰）
内容 仕事の環境はますます厳しさが増す中で、最近のメンタル不調者への対応に苦勞している職場が増えています。「医者へ行って、薬を飲んで、ゆっくり休んでいなさい」という従来の対応の仕方では、長期化したり、回復が遅れる人が増えています。新しい適応の仕方を事例を通して考えます。

（2）産業保健概論（産業医 生涯 専門 2）

開催日時 4月21日（木）15：00～17：00
会場 前橋テルサ けやき
講師 真下 延男（群馬産業保健推進センター所長）
内容 産業保健を取り巻く情勢は厳しく、様々な問題が山積みになっています。健康管理について、メンタルヘルス対策、過重労働の問題、自殺者増加の問題等、小規模事業場における労働衛生管理等、産業保健を巡る問題についてお話します。

（3）メンタルヘルスとリワーク

開催日時 4月28日（木）14：00～16：00
会場 太田市学習文化センター
講師 柴田 信義 氏（柴田メンタルクリニック院長）
内容 うつ病休職者の復職支援（いわゆるリワーク）について厚生労働省の「心の健康問題により休業した労働者の職場復帰支援の手引き」を元に解説し、当院で行っているリワークについて事例を交えてご紹介します。

（4）事務所における労働衛生管理

開催日時 5月12日（木）14：00～16：00
会場 群馬産業保健推進センター
講師 大澤 武克 相談員（衛生工学担当）
内容 一般的には事務所での有害業務は無いが、終日同じ場所にて座作業が多い為に、照明に関しての眼の疲労や、温湿度等々、配慮せねばならぬことを出席者と共に考えながら快適職場の形成に役立つよう、講習とディスカッションを行います。

（5）カウンセリング（初級）

開催日時 5月18日（水）14：00～16：00
会場 群馬産業保健推進センター
講師 大小原 利信 氏（㈱ラポール企画 代表）
内容 カウンセリングの基本である“傾聴”に関して、理解を深めるとともに、メンタルヘルス対策だけでなく様々なビジネスシーンやリーダーシップ発揮などで活用できる“傾聴”について事例を交えて理解を深めて生きます。

(6) メンタルヘルスにおいてカウンセリングにできること(産業医 生涯 専門 2)

開催日時 5月19日(木) 15:00~17:00
会場 前橋テルサ けやき
講師 鈴木 浄美 相談員(カウンセリング担当)
内容 職域において鍵となる「復職」を可能にするためには様々なストレスに対処できる力が必要となる。通常業務が可能なレベルに回復するためのサポートとして医学治療的にプラスしてのカウンセリングの役割をお話いたします。

(7) 最近の労働衛生関係法令の動向

開催日時 5月26日(木) 14:00~16:00
会場 群馬県公社総合ビル
講師 群馬労働局 労働衛生専門官
内容 最近の関係法令の改正や新しい通達等について、分かりやすく説明します。

(8) 局所排気装置の問題点

開催日時 5月27日(金) 14:00~16:00
会場 三洋電機株式会社
講師 秋葉 一好相談員(栃木産業保健推進センター 衛生工学担当)
内容 局所排気装置は、有害性のある物質を拡散させることなく排気するのに有効な手段であり、その設置が義務付けられています。従って、有害性物質を取り扱う多くの事業所で設置されていますが、効率よく、且つ有効に稼働していない場合も多々あります。そこで、セミナーでは局排の模型モデルを使用し、実際に運転させ、その構成及び問題点並びに点検の仕方について、一緒に考えてみましょう。

3月のセミナー結果

(1) 職場における救急体制(AEDの使用を含む)

3月8日、太田市社会教育総合センターで太田市東部消防署蕨川出張所の担当官を講師にお迎えして実施しました。救急体制の基礎をテキストで勉強した後、心肺蘇生法、AEDの使用方法等の実習を行いました。

参加いただいた方からは、「緊張感のある研修だった」「実際に起こり得ることなので参考になった」等のご意見をいただきました。

(2) 労働衛生のリスクアセスメントについて(産業医 生涯 専門 2)

3月17日、前橋テルサで予定していましたが、停電時間(追加停電)と重なり会場が閉館になってしまいました。中止にするかどうか迷いましたが、参加を予定していた方のことを考え、会場を当センターのセミナールームに変更して実施しま

した。

追加停電のグループだったので停電にはならないと予測していたのですが、しっかり停電になり、寒くて、うす暗い中での研修になってしまいました。

講師の衛生工学担当の柿沼相談員も停電用の資料を作成して下さり、無事終了することができました。

参加いただいた皆さんからは、有益だったとのご意見をいただきました。

(研修風景の写真は当センターホームページからご覧になれます。)

その他関係機関の動き

＊ 被災地での健康を守るために（厚生労働省）

避難生活の際に、病気にかからないよう、また、できるだけ健康に過ごしていただくため、大切なことを厚生労働省がまとめました。

生活・身の回りのこと

病気の予防

こころのケア

慢性疾患の方々への注意事項

妊婦さん、産後間もないお母さんと乳幼児の健康のために 等の項目について記載してあります。

詳細は次のホームページからご覧になれます。

<http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/hoken-sidou/disaster.html>

＊ 原子力災害発生時の住民としての対応（経済産業省原子力安全・保安院）

原子力発電所で事故が発生し、放射性物質が放出された場合にとるべき行動が記載されています。

下記のホームページからご覧ください。

http://www.nisa.meti.go.jp/genshiryoku/bousai/taio_01.html

＊職場における災害時のこころのケアマニュアル（労働者健康福祉機構）

事業場の産業医、保健師等専門職、衛生管理者、労務担当者や同僚労働者の方が、災害や事件に遭遇した労働者や家族にどのように接するべきか、企業がどのような対応を取るべきかの指針が掲載されています。

次のホームページからご覧になれます。

http://www.rofuku.go.jp/oshirase/pdf/kokoro_no_kea.pdf

突然の大地震から 20 日、群馬県はあまり大きな被害はありませんでしたが、毎日流れる情報を見守るだけで疲労困憊してしまいます。

被災地の皆さんの悲しみ、疲労、絶望を思うと言葉も出ず、何もできずにうろうろするだけです。何かできることはと考えても、得意な分野もなく、体力もなく、財産もな

く、少しの募金をすること位しか思い浮かびませんでした。

無力さを感じながら、庭の桜の木を見上げましたら、薄桃色の桜が数輪咲いていました。こんな大きな災害があっても季節は移ります。できることから頑張りましょう。

(4月から、メルマガの担当者が変わります。2年間お世話になりました。)

=====
<<群馬産業保健推進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.gummasanpo.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>>

sanpo10@gummasanpo.jp

=====
《発行元》群馬産業保健推進センター

電話：027-233-0026 FAX：027-233-9966