

このメー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。

目 次

1. メンタルヘルス対策支援センター事業ご利用のすすめ
2. 地域産業保健センターご利用のすすめ
3. 産業保健セミナー（6・7月の予定）のご案内
4. 5月のセミナー結果
5. 関係機関の動き

メンタルヘルス対策支援センター事業ご利用のすすめ

メンタルヘルス対策支援センター事業は、厚生労働省委託事業として本年度も独立行政法人労働者健康福祉機構（当センターの本部）が受託し、群馬県内においては当センターで実施しています。（<http://www.gummasanpo.jp/mental/index.html>）

本事業は、メンタルヘルス対策への取り組み方法がわからない、専門スタッフがいけない等の事業場を支援するため、専門家による相談窓口の設置や事業場を訪問してアドバイスを行うものです。管理監督者に対する研修も実施しており、これらはすべて無料で行います。ご相談・お問い合わせは、

メンタルヘルス対策支援センター（群馬産業保健推進センター内）

住 所 前橋市千代田町1-7-4 群馬メディカルセンター2階

電 話 027-289-3110 FAX 027-289-3110

メ ー ル sanpo10@gummasanpo.jp

ホームページ <http://www.gummasanpo.jp/mental/index.html>

までどうぞ

地域産業保健センターご利用のすすめ

事業者には、労働安全衛生法に基づいた健康診断結果に関する医師の意見聴取や長時間労働者に対する医師の面接指導などが義務付けられていますが、小規模事業場では独自に医師を確保し、労働者に対する保健指導、健康相談などの産業保健サービスを十分に提供することが困難な状況にあります。

こういった小規模事業場で働く人々が、充実した産業保健サービスを受けられるよう、

都道府県ごとに地域産業保健センター（厚生労働省委託事業）が設けられています。

地域産業保健センターでは、

- ① 健康診断結果に基づく医師からの意見聴取
- ② 脳・心臓疾患のリスクが高い労働者に対する保健指導
- ③ メンタルヘルス不調の労働者に対する相談、指導
- ④ 長時間労働者に対する面接指導

のサービスを無料で提供しています。（2 回以上利用するときは利用料が必要となる場合があります。）

群馬県内においては、群馬県医師会が受託し、県内に 9 か所の地域産業保健センターがあります。

- ✧ 前橋地域産業保健センター（前橋市医師会内 電話 027-243-5611）
- ✧ 高崎地域産業保健センター（高崎市医師会内 電話 027-323-3966）
- ✧ 桐生地域産業保健センター（桐生市医師会内 電話 0277-47-2500）
- ✧ 伊勢崎佐波地域産業保健センター（伊勢崎佐波医師会内 電話 0270-25-5353）
- ✧ 東毛太田地域産業保健センター（太田市医師会内 電話 0276-48-9291）
- ✧ 藤岡多野地域産業保健センター（藤岡多野医師会内 電話 0274-22-0251）
- ✧ 吾妻地域産業保健センター（吾妻郡医師会内 電話 0279-75-3334）
- ✧ 沼田利根地域産業保健センター（沼田利根医師会内 電話 0278-23-2058）
- ✧ 東毛館林地域産業保健センター（館林市邑楽郡医師会内 電話 0276-72-1132）

ご利用は、原則、労働者数 50 人未満の小規模事業場を対象としていますが、50 人以上の事業場でも利用可能な場合もありますので、ご相談してみたいはいかがでしょうか。

お問い合わせは上記の各地域センターのほか、群馬労働局労働基準部健康安全課（電話 027-210-5004）または群馬県地域産業保健センター（統括事務所 電話 027-231-5311）までどうぞ

産業保健セミナー（6・7月の予定）のご案内

6・7月分を掲載します。

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、夏場の電力不足により、プロジェクター等機器の使用ができなくなったり、場合によっては、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

<http://www.gummasanpo.jp/seminar/index.html>

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）最近の労働衛生関係法令の動向（産業医 生涯 更新 2）

開催日時 6月2日（木）15：00～17：00

会 場 前橋テルサ つつじ

講 師 群馬労働局 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。

(2) 支援者自身のメンタルヘルス

開催日時 6月7日(火) 14:00~16:00
会 場 群馬産業保健推進センター
講 師 松岡 治子 相談員(メンタルヘルス担当)
内 容 他者を支援する支援者自身に生じる感情や認知について解説し、研修参加者の体験した事例を挙げて頂きながら検討します。(昨年度開講した「産業保健スタッフに生じる心理」と同じテーマです。看護職の方はできるだけ7月12日の研修にご参加をお願いいたします。)

(3) 最新の労働衛生事情を監督署長と現場の衛生管理者に聞く

開催日時 6月9日(木) 14:00~16:00
会 場 太田市学習文化センター 第二研修室
講 師 三洋電機(株) 青山 裕子 氏
内 容 最新の労働衛生事情について監督署長と現場の衛生管理者に聞きます。

(4) 測定機器の取扱いと測定結果の見方(産業医 生涯 実地 2)

開催日時 6月16日(木) 15:00~17:00
会 場 前橋テルサ けやき
講 師 大澤 武克 相談員(衛生工学担当)
内 容 作業環境管理は職場の状況把握が第一です。騒音や粉じん等比較的簡単に計測できる機器を使用しての測定実習と法定測定である「作業環境測定結果証明書」の内容を簡単に説明します。(特に悪い結果と改善への提案)

(5) 熱中症の予防

開催日時 6月21日(火) 14:00~16:00
会 場 太田市学習文化センター 第一研修室
講 師 中村 保子 相談員(産業医学担当)
内 容 昨年は記録的な猛暑の夏でしたが、今夏の暑さはどうなるのでしょうか? 夏が来る前に今年の熱中症対策について考えて見ましょう。予防は日々の健康管理から生まれます。健康管理から職場環境管理までもう一度見直してみましょう。

(6) 質問紙THIによるこころの健康チェック実演

開催日時 7月5日(火) 14:00~16:00
会 場 高崎市総合福祉センター 会議室2
講 師 鈴木 庄亮 氏(NPO国際エコヘルス研究会 代表)
内 容 THIは心の健康状況を知るために開発された質問紙で、130

の質問に○をつけて回答するものです。回答をPCに入力して、うつ傾向や心のストレス度などを定量的に図示し、これに基づいて健康アドバイスが打ち出されます。メンタルヘルス不調者の発見、気づきとセルフケアに有用です。

(7) メンタルヘルス不全者の早期発見・早期介入

開催日時 7月6日(水) 14:00～16:00
会場 群馬県公社総合ビル 1階東研修室
講師 竹内 一夫 相談員(メンタルヘルス担当)
内容 メンタルヘルス不調者の早期発見・早期介入のための基礎知識のレビューを行います。仕事のストレスからメンタル不調に至るメカニズムとその評価方法、統計データの紹介、及び現場におけるうつ状態の見分け方などを中心にアウトラインを解説します。

(8) メンタルヘルス対策の基本とモラルハラスメント対策について

開催日時 7月11日(月) 14:00～16:00
会場 群馬産業保健推進センター
講師 羽鳥 裕明 相談員(カウンセリング担当)
内容 主に言葉や態度によって、巧妙に人の心を傷つける精神的な暴力ーモラルハラスメントが職場におけるストレスの原因になっているケースが増えています。言葉や態度等によって行われる精神的な暴力は見えづらいため長い間潜在化していることもあります。メンタルヘルス対策の基本をもう一度学びなおすと共に、モラルハラスメントについての基礎と対策について学んでいきます。

(9) 看護職自身のメンタルヘルス

開催日時 7月12日(火) 14:00～16:00
会場 群馬産業保健推進センター
講師 松岡 治子 相談員(メンタルヘルス担当)
内容 メンタルヘルスを支援する看護者自身にも様々な感情や認知が生じます。他者を支援する看護者自身に生じる心理について解説し、研修参加者の体験した事例を挙げて頂き、特に看護者自身の感情や認知に焦点を当てて検討します。

(10) 産業医の職務(産業医 生涯 専門 2)

開催日時 7月21日(木) 15:00～17:00
会場 前橋テルサ けやき
講師 月岡 関夫 相談員(産業医学担当)
内容 職場の安全衛生管理は、作業管理、作業環境管理、健康管理が最も基本的なものです。これらの業務を十分に果たすための基本は職場巡視と健康診断及び事後措置です。巡視については職場に数多く訪問し、視力、聴力、臭覚等の五感を十分に働かせる必要があります。

(11) 職場の喫煙対策と禁煙支援

開催日時 7月26日(火) 14:00～16:00
会場 太田市学習文化センター 第二研修室
講師 倉富 雄四郎 氏(富士重工業㈱ 専属産業医)
内容 職場における受動喫煙対策は、かつての「快適職場形成」という考え方ではなく、「労働者の健康障害防止」という観点で取り組むことが求められる時代になりました。世界的には日本のタバコ規制が最も甘いことも指摘されています。今後の展望について考えてみたいと思います。

(12) カウンセリング(初級)「認知行動療法」

開催日時 7月27日(水) 14:00～16:00
会場 群馬産業保健推進センター
講師 嶋方 喜斌 氏(カウンセリングルーム「雨あがり」主宰)
内容 人間のストレスは、出来事や事柄そのものに起因するのではなく、その出来事や事柄に対する考え方、受け止め方によるのです。今、心の病への対応は「認知行動療法」が世界的な常識となっています。その中の「認知療法」を、事例を使って分かりやすく解説します。

☆各セミナーのお申し込みは、当センターホームページからどうぞ

→ <http://www.gummasanpo.jp/seminar/index.html>

5月のセミナー結果

(1) 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)
参加者 6名
内容 一般的に、事務所での有害業務はないように見えますが、終日同じ場所にて座作業が多い為、照明に関しての目の疲労や、温湿度等々、配慮しなければならないことを出席者と共に考え、作業環境測定機器に触れながら、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した。参加者6名全員から、有益だったとのお返事をいただきました。

(2) 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)

参加者 12名
内 容 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、参加者10名の方から有益であったとご回答いただきました。

(3) 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)
参加者 29名
内 容 「復職」を可能にするために必要となる様々なストレスに対処できる力や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を補完するためのカウンセリングの役割についてお話いただき、参加者18名の方から有益であったとご回答いただきました。

(4) 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
参加者 14名
内 容 最近の労働衛生関係法令改正の動きや禁煙等新しい法令の制定の見込み等について、分かりやすく説明しました。参加者10名の方から有益であったとご回答いただきました。

(5) 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㈱
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)
参加者 64名
内 容 有害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る局所排気装置について、効率よく、且つ有効に稼働させるにはどうしたらよいか、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、ご説明いただきました。参加者54名の方から有益であったとご回答いただきました。

(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。)

関係機関の動き

1 東日本大震災関連として厚生労働省から以下の通達が出されました。

- ① 福島第一原子力発電所から 20 キロメートル圏内における作業に係る措置について
<http://www.jaish.gr.jp/anzen/hor/hombun/hor1-52/hor1-52-28-1-0.htm>
 - ② 「福島県内の下水処理副次産物の当面の取扱いに関する考え方」等について
<http://www.jaish.gr.jp/anzen/hor/hombun/hor1-52/hor1-52-27-1-0.htm>
 - ③ 福島県内の災害廃棄物を取り扱う業務に係る措置について
<http://www.jaish.gr.jp/anzen/hor/hombun/hor1-52/hor1-52-24-1-0.htm>
 - ④ 東日本大震災の復旧工事における船舶の解体等作業に係る労働災害防止対策の徹底について
<http://www.jaish.gr.jp/anzen/hor/hombun/hor1-52/hor1-52-29-1-0.htm>
- 2 平成 22 年、23 年の労働災害発生状況が発表されました。
<http://www.mhlw.go.jp/bunya/roudoukijun/anzen/eisei/rou-sai-hassei/index.html>
- 3 厚生労働省から離職するじん肺有所見者のためのガイドブックが発表されました。
<http://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/anzen/0703-1.html>

今年は、例年に比べ早い梅雨入りとなりました。梅雨入りが早かったからといって、梅雨明けも早いとは限らないそうです。昨年の夏は、異常な猛暑となり、熱中症のニュースが連日のように報道されていました。雨が降らないのも困りますが、ほどほどに、穏やかな季節の移ろいとなってほしいものと願います。

=====

<<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