

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（7・8月の予定）のご案内
4. 6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、専門スタッフがいら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（7・8月の予定）のご案内

7・8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) 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。

(2) 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。

(3) 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。

(4) 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。

(5) 産業医の職務

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が、これらの業務を十分に果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。

(6) 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。

(7) 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。

(8) 健診データのまとめ方と活用（その4）

開催日時 8月4日（木）14：00～16：00
会 場 群馬産業保健推進センター
講 師 藤田 晴康 相談員（産業医学担当）
内 容 一般的な表計算ソフトを用いて健診データを効率的にまとめるコツと結果報告の要点を解説する。初心者のために前回までの基礎的復習を行いながら、やや上級の手法（マクロ）の案内も行います。

(9) 保護具について

開催日時 8月18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 ヘルメットから安全靴まで「安全」に係る保護具は沢山ある。用途や安全性についての簡単な説明と、「衛生」に係る保護具、特にマスクについての説明と取り扱いについての説明と取り扱いについては実習も取り入れたい。

(10) メンタルヘルスと家族の連携

開催日時 8月19日（金）14：00～16：00
会 場 群馬県公社総合ビル 1階東研修室
講 師 渡辺 俊之 相談員（メンタルヘルス担当）
内 容 家族関係はメンタルヘルスに影響する。精神症状（うつ病、不安障害など）の原因にもなるが現代では家族はメンタルヘルス不全者の支援者としての意味が大きい。メンタルヘルスと家族との連携について述べる。

(11) 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 8月23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 三益半導体㈱ 籠谷 晋行 氏
内 容 労働基準監督署長に最近の労働衛生事情をお聞きし、また、企業の衛生管理者に活動状況をお聞きします。意見交換なども行いたいと思います。

(12)メンタルヘルス不調者への対応（その1）

開催日時 8月25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 鈴木 浄美 相談員（カウンセリング担当）
内 容 多くの職場で対応に苦慮されているメンタル不調者の対応、復職支援について具体的なケースを取り上げてお話いたします。

☆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>

6月のセミナー結果

(1) 最近の労働衛生関係法令の動向

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
参 加 者 29名
内 容 メンタルヘルスや喫煙対策等最近の労働衛生関係法令改正の動きについて、分かりやすく説明しました。参加者20名の方から有益であったとご回答いただきました。

(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）
参 加 者 3名
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説明し、参加者の体験した事例を挙げてもらいながら検討しました。参加者全員が有益であったと回答いただきました。

(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㈱ 青山 裕子 氏
参 加 者 6名
内 容 最新の労働衛生管理の課題について監督署長から説明し、現場の衛生管理事情について、企業の衛生管理担当者から説明しました。参加者のうち4名の方から有益であったと回答いただきました。

(4) カウンセリング (初級)

開催日時 6月15日(水) 14:00～16:00
会 場 群馬産業保健センター セミナールーム
講 師 浅野 良雄 相談員(カウンセリング担当)
参 加 者 6名
内 容 メンタルヘルスに関する相談において、カウンセリングの理論や技法を知っておくことが、相談内容に対する理解を深め、紹介先の選択にも役立つことを説明していただきました。さらに行動療法、ゲシュタルト療法、イメージ療法、フォーカシング、解決志向ブリフセラピーなどを、事例を通して分かりやすく解説していただきました。

(5) 測定機器の取扱いと測定結果の見方

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)
参 加 者 28名
内 容 作業環境管理は職場の状況把握が第一であるとして、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」の内容を説明していただきました。参加者のうち20名の方から有益であったと回答いただきました。

(6) 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)
参 加 者 26名
内 容 昨年は記録的な猛暑の夏となり、熱中症による災害が多発しましたが、本格的な夏が来る前に今年の対策について考え、日々の健康管理から予防が生まれることや、健康管理から職場環境管理までもう一度見直すことなどについてご説明いただきました。参加者のうち23名の方から有益であったと回答いただきました。

(7) メンタルヘルスと企業の責任

開催日時 6月29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 群馬労働局 健康安全課 権田衛生専門官、同監督課 城詰監察監督官
参 加 者 22名
内 容 前半では、職場のこころの健康づくりの基本として、なぜ、メンタルヘルス対策が必要なのか、どう対応したらよいのかについて、関係法令と「労働者の心の健康保持増進のための指針」を中心に判り易くご説明いただきました。
後半では、メンタルヘルスと社内規定として、メンタル不調で休職する場合賃金は？いつまで休職できるの？社長は解雇したいと言って

いるが？等、対応に困りがちな問題について、ご説明いただきました。
参加者のうち15名の方から有益であったと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 衛生管理者免許試験と準備講習のご案内

第1種及び第2種衛生管理者免許試験の今年の「出張試験」は、11月5日(土)に行われます。受験申込期間は、8月1日(月)から9月5日(月)までとなっており、(社)群馬労働基準協会連合会(前橋市平和町1-5-1 電話027-233-3582)で受け付けています。

また、この試験にあわせ群馬労働基準協会では準備講習会を行っています(有料)。

① 第1種衛生管理者免許試験準備講習会

第1回 8月8日(月)～10日(水)の3日間

第2回 8月24日(水)～26日(金)の3日間

第3回 8月29日(月)～31日(水)の3日間

② 第2種衛生管理者免許試験準備講習会

8月22日(月)・22日(火)の2日間

お問い合わせ・お申し込みは、(社)群馬労働基準協会連合会(前橋市平和町1-5-1 電話027-233-3582)までどうぞ。

2 平成22年度 脳・心臓疾患および精神障害などの労災補償状況

厚生労働省から「平成22年度 脳・心臓疾患および精神障害などの労災補償状況まとめ」が発表されました。

<http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/2r9852000001f1k7.html>

くも膜下出血などの「脳血管疾患」や、心筋梗塞などの「心臓疾患」は、過重な仕事の原因で発症する場合があります、「過労死」とも呼ばれています。厚生労働省では、こうした過労死や、仕事のストレスによる精神障害の状況について、平成14年度から、労災請求件数や、「業務上疾病」と認定し労災保険給付を支給することとした「支給決定件数」などを公表しているものです。

これによると、「過労死」など、脳・心臓疾患に関する事案の労災補償状況は、「請求件数」は802件で、前年度比35件の増。4年ぶりに増加に転じました。業種別(大分類)では、請求件数、支給決定件数ともに、「運輸業、郵便業」(182件、78件)、「卸売・小売業」(132件、53件)、「製造業」(118件、35件)の順に多くなっています。

精神障害などに関する事案の労災補償状況は、「請求件数」は1,181件(同45件の増)となり、2年連続で過去最高となっています。業種別(大分類)では、請求件数、支給決定件数ともに、「製造業」(207件、50件)、「卸売・小売業」(198件、46件)、「医療、福祉」(170件、41件)の順に多くなっています。

3 厚生労働省から、職場での節電対策に伴う労働時間や休日等の変更についての留意事項をまとめたリーフレットやQ&Aが掲載されています。

<http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/2r9852000001cg50.html>

○パンフレット「節電に取り組む労使のみなさんへ」

- パンフレット「平成23年夏期の節電対策に伴う変形労働時間制の労使協定の変更、解約について ～現在、変形労働時間制を活用されている事業場の皆様へ～」
- 節電に向けた労働時間の見直し等に関するQ&A

4 厚生労働省から、「熱中症による死亡災害発生状況」及び「酸素欠乏症・硫化水素中毒による労働災害発生状況」が、発表されています。

<http://www.mhlw.go.jp/bunya/roudoukijun/anzeneisei11/index.html>

これによると、今年の熱中症による労働災害死亡者数は47人で、一昨年の約6倍となっています。昨年は記録的な猛暑となったことありますが、あらためて注意が必要です。

また、酸素欠乏症及び硫化水素中毒による労働災害は、減少傾向にあるようですが、ひとたび発生すると重篤な災害に至りますので、油断はできません。

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。今年の夏は、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