

◆□◆◆□ 群馬産業保健総合支援センター メルマガ第 176 号 ◆□◆◆□

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

令和 2 年 9 月 2 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(9～11月)について
2. 8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 当センターホームページ メンタルヘルス対策ページの「職場のメンタルヘルスの研修教材」及び「メンタルヘルス学習システム」の利用終了について
 - ② ストレスチェック制度の導入をサポートします！
 - ③ 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！
 - ④ 治療と職業生活の両立支援事業をご利用下さい！
6. 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(9～11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(9～11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>認定産業医以外の方の受講はご遠慮願います。</u>		
9 月 3 日(木)	『 産業医に必要な労働安全衛生関係法令 ～最近の労働行政の動向～ 』 *すでに定員となりました。	前橋テルサ
9 月 17 日(木)	『 セルフケア研修～マインドフルネスを体験しよう～ 』 *すでに定員となりました。	群馬県 市町村会館
9 月 23 日(水)	『 換気について考える～有害物質の排除から感染症対策まで、 空気環境の維持・改善のための基礎知識～ 』	前橋テルサ
10 月 8 日(木)	『 産業領域で必要な栄養管理指導【大人の食育】 ～実は間違え?! ホントはいい食事教えます～ 』	前橋テルサ
10 月 22 日(木)	『 作業環境測定実習～簡易測定器の取扱いについて～ 』	群馬メディカル センター
11 月 4 日(水)	『 職場における災害時のこころのケア 』	前橋テルサ
11 月 26 日(木)	『 ハラスメントについて考える ～ハラスメントへの対応と企業のメンタルヘルス対策～ 』	前橋テルサ
☆産業保健セミナー ※ <u>産業医更新の認定単位取得のセミナーではありません。</u>		
9 月 3 日(木)	『 産業医に必要な労働安全衛生関係法令 ～最近の労働行政の動向～ 』 *すでに定員となりました。	前橋テルサ
9 月 4 日(金)	『 ゲートキーパー入門講座【基礎編】 』	群馬メディカル センター
9 月 16 日(水)	『 事例で学ぶゲートキーパー入門講座【事例検討・職場編】 』	群馬メディカル センター
9 月 23 日(水)	『 換気について考える～有害物質の排除から感染症対策まで、 空気環境の維持・改善のための基礎知識～ 』	前橋テルサ
9 月 25 日(金)	『 事例で学ぶゲートキーパー入門講座【事例検討・家族編】 』	群馬メディカル センター
9 月 30 日(水)	『 職場における感染症対策～新型コロナウイルス感染症 第2波・第3波に備えて事業所が取るべき対策等～ 』 *すでに定員となりました。	群馬県 市町村会館
10 月 8 日(木)	『 産業領域で必要な栄養管理指導【大人の食育】 ～実は間違え?! ホントはいい食事教えます～ 』	前橋テルサ

10月13日(火)	『 職場における感染症対策～事業所が取るべき対策等～ 』	群馬メディカル センター
10月30日(金)	『【治療と仕事の両立支援のために必要な医療知識】 産婦人科医に聞く！女性特有の健康問題 ～月経関連障害・不妊・更年期障害～ 』	群馬メディカル センター
11月11日(水)	『【治療と仕事の両立支援のために必要な医療知識】 がん専門看護師に聞く！ 胃がん・大腸がんに関する医療知識 』	群馬メディカル センター
11月20日(金)	『【治療と仕事の両立支援のために必要な基礎知識】 社会保険労務士に聞く！ 労務管理・社会資源に関する基礎知識 』 (事業場内産業保健スタッフ・人事労務担当者向け)	群馬メディカル センター
11月26日(木)	『 ハラスメントについて考える ～ハラスメントへの対応と企業のメンタルヘルス対策～ 』	前橋テルサ

8月のセミナー結果

◎認定産業医研修

テ ー マ : 『職場におけるハラスメントについて』

～パワハラ防止法の施行に伴い、企業として取り組むべきこと～』

開催日時 : 8月20日(木)14:00～16:00

会 場 : 前橋テルサ 9階つつじ

講 師 : 西谷 慶子 氏

(群馬労働局 雇用環境・均等室 雇用環境改善・均等推進指導官 指導係長)

参 加 者 : 30名

内 容 : パワーハラスメントの防止を企業に義務付ける法律が、本年6月より施行されました(大企業の場合2020年6月から、中小企業の場合は2022年4月から(2022年3月まで努力義務期))。パワハラとは、立場的に優位に立つ者の言動の中で、業務上必要な範囲を超えたものを指します。パワハラ防止法では、こうした言動に対し「雇用管理上必要な措置を講じること」を義務付けています。本研修では、パワハラ防止法の概要やパワハラの実態、職場におけるパワハラの実態、企業が課される義務と具体的な措置についてお話いただきました。

参加者からは、

「パワーハラスメントの講習を受けたのは初めてだったが分かり易かった」「タイムリーな内容を教科書的に勉強できた」「講師の発言が大変クリアでよく声が聞けた。おかげで理解し易かった」「本年度から導入された制度でありタイミングとして良い」「実体験を踏まえた内容で勉強になった。またチャンスがあったら同じ講師の話を聞いてみたい」等の意見を頂きました。



テ ー マ : 『職場における感染症対策』

～新型コロナウイルス感染症第2波・第3波に備えて事業所が取るべき対策等～』

開催日時 : 8月25日(木)14:00～16:00

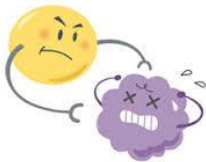
会 場 : 前橋テルサ 8階けやき

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 : 52名

内 容 : ノロウイルスやインフルエンザなどの感染症についての基本的な事項の解説を行い、各職場で行える感染症予防対策の方法や発症した場合の対処について説明します。

特に新型コロナウイルス(COVID-19)について、第2波、第3波に備えて取り組むべき対策のポイントについて事例を交えながらご紹介いただきました。



参加者からは、

「風しんなどの知らない情報も得られた。これまでの不明点が分かった」「月1回行う安全衛生委員会で話せる内容であった」「感染症対策を策定・公表するという上で参考になった」「風しん・麻疹対応も気になっていたので対応を進めたい」「感染症対策の法的対処が分かった。数理モデルも解説して頂きモヤモヤが解消した」「BCP(Business Continuity Plan【事業継続計画】)について学べた。R0(基本再生産数)と β (伝達係数)を初めて聞いた」「BCPの有用性をよく聞けた」「時勢に合ったテーマだった」等の意見を得ました。

関係機関の動き

1. 令和2年度「心とからだの健康推進運動」の実施について((公財)全国労働衛生団体連合会)
<https://www.gunmas.johas.go.jp/topic/img/180-0.pdf>
2. 8月以降における熱中症予防対策の徹底について(厚労省)
<https://www.gunmas.johas.go.jp/topic/img/181-0.pdf>
3. 「令和2年度『見える』安全活動コンクール」を実施します(厚労省)
https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_12637.html
4. 石綿障害予防規則等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/182-0.pdf>
5. 「過労死等防止対策推進シンポジウム」の開催について(厚労省)
<https://www.gunmas.johas.go.jp/topic/img/188-0.pdf>
6. 「令和2年度群馬県肝炎医療コーディネーター養成研修【Web開催!】」の開催について(群馬県)
<https://www.gunmas.johas.go.jp/topic/img/186-0.pdf>
7. 「令和2年度特定健診・保健指導実施者育成研修会(保健指導初任者編)【オンライン(ZOOM)開

催！】」の開催について(群馬県)

<https://www.gunmas.johas.go.jp/topic/img/187-0.pdf>

センターからのお知らせ

- ① 当センターホームページ メンタルヘルス対策ページの「職場のメンタルヘルスの研修教材」及び「メンタルヘルス学習システム」の利用終了について
- ② ストレスチェック制度の導入をサポートします！
- ③ 新入社員など「若年者を対象としたメンタルヘルス対策教育研修」が始まりました！
- ④ 治療と仕事の両立支援事業をご利用下さい！

- ① 当センターホームページ メンタルヘルス対策ページの「職場のメンタルヘルスの研修教材」及び「メンタルヘルス学習システム」の利用終了について
開発者のご厚意により、当センターホームページに掲載しておりましたメンタルヘルス対策ページの「職場のメンタルヘルスの研修教材」及び「メンタルヘルス新学習システム」につきまして、コンテンツ更新をしていない為、現状から齟齬(そご)が生じるので利用を終了するようにと指示がありました。
今までご利用されていまして方にはご不便をおかけすることとなりますがご利用を終了させていただきます。なおセルフケアのeラーニングにつきましては、厚労省ポータルサイト「こころの耳」等をご利用ください

厚労省ポータルサイトこころの耳 <https://kokoro.mhlw.go.jp/>

- ② ストレスチェック制度の導入をサポートします！
平成 27 年 12 月 1 日から施行されました「ストレスチェック制度」について、当センターでは、研修会の他下記の支援を行っています。
☆実施方法などについて質問したい 「ストレスチェック制度サポートダイヤル」
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 新入社員など「若年者を対象としたメンタルヘルス対策教育研修」が始まりました！
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。(無料)

※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～産業保健活動総合支援活動編～

☆産業保健総合支援センター及び地域窓口の周知広報活動を公開しています。

産業保健総合支援センターを女優「のん」さんが紹介します！

<https://www.johas.go.jp/sangyouhoken/johoteikyo/tabid/1367/Default.aspx>

②治療と仕事の両立支援～もしも「サラリーマン金太郎」が中小企業の社長だったら・・・～

☆治療と仕事の両立支援編「サラリーマン金太郎」特別漫画を公開しています。

https://www.ryoritsushien.johas.go.jp/ryoritsushien_kintaro/

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(ナヤミヲシロウ)

※通話料金がかかります。

開設時間:9時～12時 13時～18時

☆今より+(プラス)10分体を動かそう☆

体を動かす事は、肥満や生活習慣病を防ぐばかりでなく、ストレス解消に役立ったり、認知症の予防につながったりとさまざまな健康効果があります。

① 歩く時間を増やす

手軽に取り組める「歩く」こと。買い物、散歩など今歩いている時間よりプラス10分多く歩いてみましょう。10分は、歩数にすると1,000歩です。



② 家事をする

掃除や洗濯などの家事や、子供やペットとの遊びも立派な運動です。毎日の生活の中で積極的に体を動かしましょう。



③ 何かをし“ながら”体を動かす

スポーツでなくても、ちょっとした体操でも OK です。歯磨き中やテレビを見ながらちょっと体を動かす「ながら体操」がおおすすめです。

♪どの世代にも取り組みやすい！ウォーキングのすすめ♪

ウォーキングは気軽に始められ、体への負担も少ないおすすめの有酸素運動です。生活習慣病予防の為に1日8,000歩～10,000歩が理想ですが、まずは1日1,000歩から歩数を増やしてみましょう。



＜＜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/>

メールマガジン配信サービス解除、変更の URL が変更となりました。

＜＜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