

◆□◆◆□ 群馬産業保健総合支援センター メルマガ第 191 号 ◆□◆◆□

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

令和 3 年 8 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(8～10月)について
2. 7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 ストレスチェック制度の導入をサポートします！
  - ② 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！
  - ③ 治療と職業生活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(8～10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(8～10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>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>      |  |                 |
| 8月26日(木)  | 『 母性健康管理指導事項連絡カード及び<br>育児・介護休業法の改正等について 』    | 群馬メディカル<br>センター |
| 9月14日(火)  | 『 じん肺について 』                                  | 前橋テルサ           |
| 9月16日(木)  | 『 治療と仕事の両立支援に必要な基礎知識<br>～事業場における健康情報の取り扱い～ 』 | 群馬メディカル<br>センター |
| ☆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> |  |                 |
| 8月26日(木)  | 『 母性健康管理指導事項連絡カード及び<br>育児・介護休業法の改正等について 』    | 群馬メディカル<br>センター |
| 9月1日(水)   | 『 ゲートキーパー講座【基礎編】 』                           | 前橋テルサ           |
| 9月8日(水)   | 『 アンガーマネジメント<br>～「怒り」の感情との上手な付き合い方～ 』        | 前橋テルサ           |
| 9月10日(金)  | 『 ゲートキーパー講座【事例検討・職場編】 』                      | 前橋テルサ           |
| 9月16日(木)  | 『 治療と仕事の両立支援に必要な基礎知識<br>～ 事業場における健康情報の取扱い～ 』 | 群馬メディカル<br>センター |
| 10月1日(金)  | 【Web開催】『 乳がん治療と仕事の両立支援 』                     | 群馬メディカル<br>センター |
| 10月29日(金)   | 【Web開催】『 更年期障害と仕事の両立支援 』                     | 群馬メディカル<br>センター |
| 1月21日(金)  | 『 不妊治療と仕事の両立支援 』                             | 群馬メディカル<br>センター |

7月のセミナー結果

◎認定産業医研修

テーマ：『有害業務における労働衛生3管理』

開催日時：7月21日(木)14:00～16:00

会場：群馬メディカルセンター 2階大会議室

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：37名

内容：「粉じん作業」「有機溶剤取扱作業」「重量物取扱作業」等の有害業務については、労働安全衛生法により作業方法や作業環境管理を適切に行い、労働者の健康を保持することが

求められています。

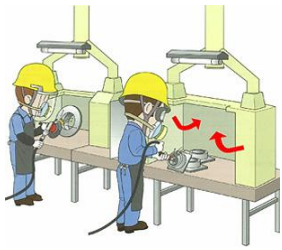
本研修では、労働衛生管理を行っていくうえで基本となる”作業環境管理””作業管理””健康管理”についてお話いただきました。

参加者からは、

「労働衛生の3管理の要点を再確認できた」「豊富で見やすい資料がありがたい」「知らない事が多かった」「話が分かり易く聞き易く良かった」「騒音対策の内容が非常に参考になった。

重量物就業配慮を実施する際にとっても参考になった」

等の意見をいただきました。



## ◎産業保健セミナー

テーマ：『【Web開催】がん薬物療法と仕事の両立支援』

開催日時：7月6日(火)14:00～16:00

会場：Web開催

講師：渡辺 恵 氏(群馬大学医学部附属病院 がん相談支援センター がん専門看護師)

参加者：12名

内容：がん治療の多くは、手術後も抗がん剤などの薬物療法や放射線治療など、長期にわたり治療が続きます。薬物療法も放射線治療も、入院せずに通院でおこなえるようになってきた為治療を受けながら仕事復帰する患者さんが増えています。

本研修では、特にがん薬物療法において、患者さんは、一般的にどのような治療経過をたどり、どのような副作用があるのか、また、仕事との両立にあたりどのような問題や不安を抱えているのかを病院で実際に患者さんを支援するがん専門看護師さんにお話いただきました。

参加者からは、

「治療と仕事の両立支援は本人の申し出から始まる事を思い出させてくれた。まずはこの制度について繰り返し周知しないとイケない。その上で昔と相当違っているがん治療との両立支援について理解を深め、いろいろな支援がある事を知り、必要に応じた支援を受ける事を本人が選び取れるように情報提供が必要に思った。今回の渡辺先生のお話は、個別性が高いと感じましたが細かく細分化されているようですね～という風に情報提供する際に有用と思う」「がん治療を継続しながら、職場ではどのように支援できるかと悩んでいたのので、今回の研修を受け、職場で支援できそうな事が分かり有益であったと感じた。まずはご本人からの申し出をしやすい環境とする事、また、体調不良時や副作用の相談を積極的に受け、重症化しないように支援していきたいと思った」「社内において罹患の方がおり、どう対応していけばよいかなど大変参考になった」「がん治療中の従業員がいるが、治療や状況のイメージができずもどかしく思っていたのでとても勉強になった。前よりはその従業員に寄り添えるのではないかなと思う」「メンタルヘルスに関しては対応例が多いが、がんは対応したことが少ないので勉強になった」「がん罹患社員の健康管理を支援していく役割だが、がん薬物療法の最新情報を知らなかった事に気づけた」「今の最新の医療について、実際の医療現場の方からの具体例を用いてのお話でとても参考になった。会社の中の産業保健師としてどのようにかかわるべきかイメージがわいた」「がん治療やその副作用の知識を持つ事で、社員の方の不安に寄り添い、治療中の働き方を一緒に考える事ができると思った。今後両立支援をもっと学ばなければと思うきっかけになった」「治療や副作用の基本的な内容や医療者サイドの支援の状況を分かり易くご説明頂いた」「患者さんは想像以上の

たくさんの不安を抱えているのがよく分かった。副作用も千差万別・人それぞれなので、その人の不安にあった寄り添い方をして社会復帰や職場復帰等の支援をしていきたいと思った」「外来で薬物療法ができるようになったからこそその生活との両立の重要性を感じた。両立支援を申し出できない人たちに対しても、職場に迷惑をかける、負担をかける、自分の仕事を減らされるなどでなく、両立をしていくためにどうしたらいいかを産業保健師は考えたり、実行していく為の調整の場、思いを話せる場を作る事が重要のように思った。進化する薬物療法をキャッチアップしていくのは難しいが、専門家のお話を聞きながら支援できたらいいなと思う」「とても分かり易いご説明と資料を頂いたので内容を理解する事ができた。がん治療も様々な薬剤の開発と共に、治療スケジュールの管理や副作用も多様化している事とのことなので自分自身でも継続的に情報をアップデートしていきたいと思う」「非常勤勤務の場合、一定の有給休暇はありますが積立有給や休職制度が適用されない。正社員以外の人も多い時代ですから、会社側もそういった人への配慮というか制度を考えていく時代なのかなと感じている」「治療中はもちろん治療後も様々な不安を抱えている中で、看護師の存在やアピアランスケア・ピアサポート等いろいろな集い等がある事を伝えて、少しでも患者さんの気持ちに寄り添い1つでも不安をなくしてあげる事が重要だと思った。そういった情報収集をしていきたいと思った」「大変分かり易い説明でどう思っているのかが分かり、会社としてどのように対応していけば良いのか大変参考になった」「両立支援という程まだまだ会社としても私の産業保健師としての知識や制度が進んでいない点があるが、復帰支援時のサポートに関わる点でもあると思うので、参考にして進めていきたいと思う」等の意見を頂きました。

テーマ：『人間関係&仕事を円滑にするためのアサーション・トレーニング  
～上手な自己表現～』

開催日時：7月7日(水)14:00～16:00

会場：群馬メディカルセンター 2階大会議室

講師：鈴木 浄美 相談員(群馬産業保健総合支援センター カウンセリング・保健指導担当)

参加者：7名

内容：「アサーション」とは？“適切に自己主張をするためのコミュニケーションスキル”で、自分も相手も大切にして相手を傷付けずに、しかし自分の主張をしっかりと相手に伝える表現技法です。

アサーションを習得することによって、相手に不快な思いをさせずに、自身の主張を行うことができます。

本研修では、相手に伝える言い方を練習し、コミュニケーション能力を向上させる勉強をしました。

参加者からは、

「受け止める事がやや不足していた自分に気が付いた」「SNS、ネットで便利になった分、他者との関係が複雑になってこのアサーションの定義や考え、伝え方を覚えると生きやすかった」「対象者とのコミュニケーション能力の向上に有益だった」「今、特に伝え方(相手に理解されない)に問題を感じているのでとても参考になった」「事例で先生が話して下さった、怒られていると思っただけで相手が話している内容を理解していないというのは勉強になった。嫌われる事を過剰に恐れない→ほとんどの人は、自分の事を気にしてい



ないというのは、これを知っていると知っていないのでは大きな違いがあると思った」「分かり易くすぐ活用できそう」等の意見をいただきました。

## 関係機関の動き

1. 「令和3年7月豪雨災害被災者のための心と健康の相談ダイヤル」の開設について(独立行政法人労働者健康安全機構)  
[https://www.johas.go.jp/Portals/0/202107\\_7gouukokorokenkousoudan.pdf](https://www.johas.go.jp/Portals/0/202107_7gouukokorokenkousoudan.pdf)
2. 令和3年度「全国労働衛生週間」を10月に実施します(厚労省)  
[https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_19768.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_19768.html)

## 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 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！
- ③ 治療と仕事の両立支援事業をご利用下さい！

- ① 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。

※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Web ひろば

産業保健総合支援センター(さんぽセンター)、地域産業保健センター(地さんぽ)で行なっている詳しいサービス内容や産業保健に関する資料の紹介など、今後さらに役に立つコンテンツを拡充していきます。

「さんぽセンター」「地さんぽ」が提供するサービスについて、俳優の谷原章介さんがわかりやすく解説します。

<https://www.johas.go.jp/Portals/0/sanpocenter/webhiroba.html>

#### ② 治療と仕事の両立支援～「会長 島耕作」特別編～

☆島耕作が自社で治療と仕事の両立支援に取り組む特別編マンガを公開中です。



[info@gunmas.johas.go.jp](mailto: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