
【目 次】

1. 研修会・セミナー
 2. 産業保健トピックス
 3. 産業保健相談員アラカルト
 4. センターからのご案内
 5. 編集後記
-

【1】研修会・セミナー

研修会・セミナーの詳細は、「実施予定の研修」をご覧ください。
<https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar#schedule-seminar>

【申込期間中の研修】

申込みは、各研修の申込フォームからお申し込みください。

★新着

◎2月（追加分）の研修をアップしました！

2月17日（月）両立支援コーディネーター事例検討会「メンタル不調者の支援」・交流会
詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/6844>

☆再掲！

< 1月 >

- 1月16日（木）治療と仕事の両立支援のための事例検討会「不妊治療と仕事の両立支援」
- 1月17日（金）産業カウンセリング研修～職場におけるカウンセリングの技法を学ぶ～
＜2期シリーズ：1期4回＞2期－2回目
- 1月21日（火）精神障害のある労働者への対応のヒント
- 1月28日（火）依存症サポーター（心のサポーター）養成研修

< 2月 >

- 2月 6日（木）生活習慣病対策～心臓病のリスク
- 2月 7日（金）化学物質規制の見直しについて～自律的な管理へ⑤～
- 2月13日（木）産業医を対象としたメンタルヘルスへの関わり方について
～ストレスチェック制度のあらましと長時間労働者、高ストレス者に対する

面接指導～

- 2月21日（金）産業カウンセリング研修～職場におけるカウンセリングの技法を学ぶ～
＜2期シリーズ：1期4回＞2期－3回目

< 3月 >

- 3月 7日（金）産業カウンセリング研修～職場におけるカウンセリングの技法を学ぶ～
＜2期シリーズ：1期4回＞2期－4回目

【2】産業保健トピックス

◇令和6年度「治療と仕事の両立支援 オンラインセミナー」のご案内（厚生労働省）

◇「化学物質管理強調月間」（2月）を初めて実施します ～月間のスローガンを決定～
（厚生労働省）

◇「令和6年度 健やか山梨21推進大会」のご案内（山梨県）

◇ 山梨県の特定（産業別）最低賃金が変わります！（山梨労働局）

詳細は、ホームページの「新着情報」をご覧ください。

【3】産業保健相談員アラカルト

四つ葉のクローバー見つけると「幸せ」になれる！

カウンセリング担当 中村 幸枝

四つ葉のクローバーを見つけた時「ラッキー」「縁起がいい」と思ったことはありませんか？

このクローバーを見つけた確率は一万分の一と非常に低く、希少性が特別な「幸運の象徴」とされています。

この四つ葉のクローバーが「幸運」と言われる理由として「四つ葉のクローバーを持ち歩くことで常に幸運を引き寄せる」と信じられているからだと言われています。例えば、「受験や試験に合格したい」「よい仕事に就きたい」「恋愛運を上昇させたい」など科学的根拠はないのですが、幸運の訪れを信じるかどうかは個人の信念によります。四つ葉のクローバーを見つけた人にはいくつかの共通した特徴があります。

- ・細かいところまで注意を払うことが出来る観察力
- ・直感力
- ・忍耐力と根気
- ・楽しんで探ることが出来るなど。

四つ葉のクローバーには2つの花言葉があり、ポジティブな花言葉は「幸運」「愛」「希望」、ネガティブな花言葉は「憎しみ」「私のものになって」「約束」があります。このネガティブな花言葉には、「私のものになって」「約束」という願いが叶わなかった時、期待が裏切られた時、その思いが「憎しみ」に変わってしまうというものです。幸運を呼んでくれるはずの四つ葉のクローバーなのに・・・と思うかもしれませんが、陰と陽は表裏一体です。

四つ葉のクローバーは人の心の中で大切にされる価値観であり、見つけるとこれらの価値観が強化されると考えられます。直感力や洞察力を高める経験になることもあります。このような経験を通じて、自分自身の内なる精神的な成長を感じることが出来るでしょう。これを見つけて、自分の人生に新しい希望や幸福をもたらすことが出来るかもしれません。

四つ葉のクローバーを見つけた方法として、場所を見つけることが必要

- ・人が良く踏みつける場所（物理的な刺激により四つ葉が形成される）
- ・小さなエリアを集中して探す。

「幸せ」を維持していくためには、何をしていくかが大切です。幸せは毎日の中にあり、それに気づいていくことを心がけたいものです。四つ葉のクローバーに未来を願うなら、ポジティブな気持ちを持てるよう努力することも必要です。

原産地アイルランドでは「シャムロック」と呼ばれ国家の花として親しまれているようです。

幸せの象徴とされ「子供のお守り」「結婚の証」として贈り合った歴史があるそうです。アイルランドの伝説や植物としての性格から「幸運を運ぶと言われている四つ葉のクローバー」が見つかったら幸運の始まりかもしれません。

【4】センターからのご案内

山梨産業保健総合支援センターでは働く人々の健康を確保するため、研修会の実施や相談への対応、産業保健に関する情報の発信など「産業保健スタッフの活動へのサポート」を実施しています。

★今月のご案内★

○保健師、助産師、看護師及び准看護師の業務従事者届について（厚生労働省）

令和6年度は三師届・業務従事者届の届出年度です。

令和7年1月15日（水）までに届出票の提出をお願いします。

詳しくは、厚生労働省ホームページをご覧ください。

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/iryuu/iryojujisha-todokede-sys.html

★ご相談・ご質問の受付★

当センターでは、産業医や事業所の労務管理者等の方が産業保健活動を実践する上での様々な問題に関するご相談・ご質問を窓口（予約面談）・電話・Eメール等で受付・対応しています。各専門分野の産業保健相談員を中心に、解決方法等を助言させていただきます。ご利用は無料となっておりますので、お気軽にご連絡ください。

<https://www.yamanashis.johas.go.jp/consultation/1170>

【５】編集後記

早いもので今年もあと数日を残すだけとなりました。
皆様にとって２０２４年はどのような一年だったでしょうか？

今年一年を振り返ってみると、元日の能登半島地震に始まり、全国各地で豪雨などの自然災害や猛暑、闇バイトによる事件、パリ五輪、新紙幣発行、マイナ保険証の本格移行など話題は豊富だったように思います。

個人的には、「一年の計は元旦にあり」という言葉どおり、年初めに具体的な目標を立てないまま一年を終えようとしているのが反省点ですが、平穏無事に過ごせたことに感謝しています。

当センターにおきましては、今年度から転倒災害・腰痛予防のための出張支援を始めたところであり、２０２５年も産業保健サービスの提供、情報発信など皆様のお役に立てるよう努めて参りますので、今後ともご活用いただきますようお願い申し上げます。（小林）

配信の解除をご希望の方は、「お問い合わせフォーム」をご利用ください。

【発 行】 独立行政法人 労働者健康安全機構

山梨産業保健総合支援センター

【住 所】 〒400-0047 山梨県甲府市徳行５－１３－５ 山梨県医師会館２階

【ＴＥＬ】 ０５５（２２０）７０２０ 【ＦＡＸ】 ０５５（２２０）７０２１

【E-mail】 info@yamanashis.johas.go.jp

【ＵＲＬ】 <https://www.yamanashis.johas.go.jp>
