

やまなし産保メールマガジン第91号

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

平成28年6月23日

発行：山梨産業保健総合支援センター



山梨産業保健総合支援センターでは、健康で安心して働ける職場づくりを支援するため産業保健関係者等からの専門的相談や研修・セミナーの日程、有用な情報提供等についてホームページ、メールマガジン、情報誌『産業保健21』等を通じて提供しています。当メールマガジンは、月1回程度、利用者の皆様にお届けしております。

☆メールマガジンの登録（無料）は、下記によりお申込みください！

※<https://www.yamanashis.johas.go.jp/mailmagazine>

目次

- 【1】 研修会・セミナー
- 【2】 産業保健トピックス
- 【3】 アラカルト
- 【4】 産業保健相談員の窓
- 【5】 図書・研修用機器の貸出
- 【6】 新着図書のご案内
- 【7】 ご相談・ご質問コーナー
- 【8】 編集後記

【1】 研修会・セミナー

◇当支援センターの平成28年7月～9月までの研修を掲載いたします。その後の研修は、順次掲載いたします。

参加ご希望の方は、各研修の欄に添付してありますアドレスからホームページにアクセスし、お申し込みください。なお、受講は無料です。

【1-A】 一般研修

★研修番号：280719

「エビデンスから語る健康科学（3回シリーズ）～食生活や運動習慣の健康効果について～」

内 容 Ⅱ回目 食生活と健康Ⅱ
食生活の基本的な日常生活の要素と健康の関連について科学的根拠に基づいて基礎から理解を深めていただきます。

日 時 平成28年7月19日（火）午後2時～午後4時
講 師 小田切 陽一（産業保健相談員・山梨県立大学 教授）
会 場 山梨産業保健総合支援センター 研修室
認定単位 認定産業医研修 生涯・専門 3単位

<http://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/2215>

★研修番号：280818

山梨メールマガジン第91号

「こころの病での休職をどのように職場復帰につなげるか」

内 容 医療機関や障害者職業センターで行われているリワーク支援の利用について解説します。

日 時 平成28年8月18日(木)午後2時～午後4時
講 師 竹下 純(山梨障害者職業センター 主任カウンセラー)
会 場 山梨産業保健総合支援センター 研修室
認定単位 認定産業医研修 生涯・専門 3単位

<http://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/2228>

★研修番号：280823

「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」

内 容 言いたいことが言えない。言っても分かってもらえない。
人間関係が苦手と感じている方・・・。当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を身につけていただきます。

日 時 平成28年8月23日(火)午後2時～午後4時
講 師 長田 暢子(産業保健相談員・㈱グリーン・ハート 代表取締役)
会 場 山梨産業保健総合支援センター 研修室
認定単位 認定産業医研修 生涯・専門 3単位

<http://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/2229>

★研修番号：280908

「働く人の心のセルフケア」

内 容 働く人の心の健康づくりについて学んでいただきます。

日 時 平成28年9月8日(木)午後2時～午後4時
講 師 後藤 由美子(産業保健相談員・臨床心理士)
会 場 山梨産業保健総合支援センター 研修室
認定単位 認定産業医研修 生涯・専門 3単位

<http://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/2259>

★研修番号：280920

「エビデンスから語る健康科学(3回シリーズ)～食生活や運動習慣の健康効果について～」

内 容 Ⅲ回目 運動と健康/肥満予防に向けて
食生活の基本的な日常生活の要素と健康の関連について科学的根拠に基づいて基礎から理解を深めていただきます。

日 時 平成28年9月20日(火)午後2時～午後4時
講 師 小田切 陽一(産業保健相談員・山梨県立大学 教授)
会 場 山梨産業保健総合支援センター 研修室
認定単位 認定産業医研修 生涯・専門 3単位

<http://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/2262>

【1-B】衛生管理者レベルアップ研修167～169

★研修番号：280826

「有機溶剤による健康障害の具体的防止対策

～確認しましょう。事業場で使用している化学物質!～」167

内 容 労働者の健康確保のため、化学物質による職業がんの防止対策の強化が必要です。

当研修では、

(1) 関係法令の概要と厚生労働省通達の解説

山梨メールマガジン第91号

- (2) 有機溶剤の災害事例と安全データシートの活用方法
- (3) 換気装置の設置、保護具の正しい使い方
- (4) 作業環境測定による作業環境管理の進め方などについて解説します。

日時 平成28年8月26日(金)午後2時～午後4時
講師 望月 明彦(産業保健相談員・山梨厚生病院予防医学センター 副所長)

会場 山梨産業保健総合支援センター 研修室

認定単位 認定産業医研修 生涯・実地 3単位

<http://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/2230>

★研修番号：280829

「最近の法律改正を振り返って(過去3年)」168

内容 法改正を振りかえり、事業場における課題や問題点を浮き彫りにし、対応策等について検証を行います。

日時 平成28年8月29日(月)午後2時～午後4時

講師 星野 護(山梨労働局 健康安全課 課長)

会場 山梨産業保健総合支援センター 研修室

認定単位 認定産業医研修 生涯・更新 3単位

<http://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/2232>

★研修番号：280901

「生活習慣病とCKD対策について」169

内容 慢性腎臓病(CKD)は日本でも成人の8人に1人が該当し、糖尿病、高血圧、メタボリックシンドロームといった生活習慣病や腎炎が主な原因です。また、CKDは末期腎不全や心血管病の危険因子でもあります。当セミナーでは、CKDについての診断、定義、検査(尿検査、腎機能:eGFR)から治療、そして病診連携、患者指導(栄養指導、保健指導)などについて解説します。

日時 平成28年9月1日(木)午後2時～午後4時

講師 原口 和貴(原口内科・腎クリニック 院長)

会場 びゅあ総合 中研修室

認定単位 認定産業医研修 生涯・専門 3単位

<http://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/2257>

【1-C】職場のメンタルヘルス相談員のためのステップアップ研修(4回シリーズ)

☆職場のメンタルヘルス相談員のためのステップアップ研修「事例検討会」I-④

内容 職場でのメンタルヘルスの相談に携わっている方々を対象に、よりステップアップした技量の習得を目指し、事例を基に検討します。様々なケースによる「相談対応力の強化」に着目し、メンタルヘルスケア推進のための相談対応の実践力を習得していただきます。

日時 [研修番号：280713]

I期 4回目 平成28年7月13日(水)午後2時～午後4時30分
<http://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/2213>

[研修番号：280810]

II期 1回目 平成28年8月10日(水)午後2時～午後4時30分
<http://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/2227>

山梨メールマガジン第91号

[研修番号：280928]

Ⅱ期 2回目 平成28年9月28日(水) 午後2時～午後4時30分
<http://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/2263>

講師 菅 弘康 (産業保健相談員・すげ臨床心理相談室所長 臨床心理士)
会場 山梨産業保健総合支援センター 研修室
認定単位 認定産業医研修 生涯・実地 3単位
※原則4回受講ですが個別でも受講可

【1-D】産業カウンセリング研修（4回シリーズ）

☆産業カウンセリング研修Ⅰ-④、Ⅱ-①

内容 職場でのメンタルヘルスの相談など、様々な問題において、一次予防としてまず「話を聴く」ことが求められています。又職場のコミュニケーションを円滑にしていくためにも効果的です。～ストレスチェックの法制化にとともない、一次予防としての機能をもつ「傾聴スキル」を実践的に学ぶ～

日時 [研修番号：280715]
Ⅰ期 4回目 平成28年7月15日(金) 午後2時～午後4時30分
<http://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/2214>

[研修番号：280916]
Ⅱ期 1回目 平成28年9月16日(金) 午後2時～午後4時30分
<http://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/2261>

講師 中村 幸枝 (産業保健相談員・エヌ心理研究所所長)
会場 山梨産業保健総合支援センター 研修室
認定単位 認定産業医研修 生涯・専門 3単位
※原則4回受講ですが個別でも受講可

【1-E】産業保健スタッフ研修

★研修番号：280711

「高脂血症と動脈硬化症の治療と管理」

内容 内臓脂肪が増えると、血液中の中性脂肪の増加とHDLコレステロールの減少を招き、動脈硬化を起こすといわれています。当研修では、高脂血症と動脈硬化症の治療と管理についてわかり易く解説します。

日時 平成28年7月11日(月) 午後2時～午後4時
講師 大芝 玄 (産業保健相談員・大芝医院 院長)
会場 山梨産業保健総合支援センター 研修室
認定単位 認定産業医研修 生涯・専門 3単位

<http://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/2212>

★研修番号：280804

「熱中症の予防・職場の暑さ対策」

内容 猛暑のため、平成20年から平成27年までに県下でも、「職場の熱中症」で2名の方が亡くなっています。真夏だけでなくその前後にも患者の発生が

山梨メールマガジン第91号

<http://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/2220>

★研修番号：280914

日時 平成28年9月14日（水）午後2時～午後4時

講師 塚原 正明（産業保健相談員・塚原社会保険労務士事務所 所長）

会場 山梨産業保健総合支援センター 研修室

認定単位 認定産業医研修 生涯・更新 3単位

<http://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/2260>

【2】産業保健トピックス

■平成27年の労働災害発生状況（確定）及び平成28年の労働災害発生状況（速報）

<http://www.haisin.mhlw.go.jp/mhlw/C/?c=222031>

■労働災害発生状況

<http://www.haisin.mhlw.go.jp/mhlw/C/?c=222465>

■ストレスチェック等の職場におけるメンタルヘルス対策・過重労働対策等

<http://www.haisin.mhlw.go.jp/mhlw/C/?c=222311>

■「化学物質管理に関する無料窓口相談」及び
「化学物質のリスクアセスメント」訪問支援のご案内

<http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000046255.html>

■化学物質対策に関するQ&A（ラベル・SDS関係）

<http://www.haisin.mhlw.go.jp/mhlw/C/?c=221891>

■化学物質のリスク評価検討会報告書（平成27年度第2回）

<http://www.mhlw.go.jp/stf/shingi2/0000114676.html>

■平成28年度第1回化学物質のリスク評価検討会（有害性評価小検討会）資料

<http://www.haisin.mhlw.go.jp/mhlw/C/?c=222291>

■「第3回 労働安全衛生法に基づく定期健康診断等のあり方に関する検討会」議事録
（2016年4月21日）

<http://www.haisin.mhlw.go.jp/mhlw/C/?c=222079>

■職場における労働衛生対策

<http://www.haisin.mhlw.go.jp/mhlw/C/?c=221957>

■平成28年の熱中症予防対策（山梨労働局ホームページ）

http://yamanashi-roudoukyoku.jsite.mhlw.go.jp/hourei_seido_tetsuzuki/anz_en_eisei/attention/necchusho.html

【3】アラカルト

■◇■◇■ 山梨県からのお知らせ ■◇■◇■

海外でジカ熱（ジカウイルス感染症）が流行しています。

山梨メールマガジン第91号

妊娠中にジカ熱にかかると、小頭症（生まれつき脳が小さい異常）の児が生まれる可能性があります。

県では、ジカ熱の予防のため、海外渡航を予定される方向けのリーフレットを作成しました。

リーフレットその他関連情報については、次のホームページをご覧ください。

http://www.pref.yamanashi.jp/kenko-zsn/kansensyou/zikavirus_infection.html

【4】産業保健相談員の窓

禁煙週間 5月31日から6月6日

ご存じですか？

5月31日は世界禁煙デーでした。

世界保健機関（WHO）が、タバコによる健康被害を減らすために行っている取組みの一つで、毎年実施されており、今年で29年目です。

今年のテーマは、

Get ready for plain packaging（タバコの箱をプレーン・パッケージ化）

日本では、1992年（平成4年より）、5月31日から6月6日までの1週間を禁煙週間として、タバコに対する取組みを行っております。

今年のテーマは、

2020年、受動喫煙のない社会を目指して
～たばこの煙から子ども達を守ろう～

昨年、

2020年、スモークフリーの国を目指して
～東京オリンピック・パラリンピックへ向けて～

みなさんの職場は禁煙できていますか？

山梨県の調査では、多くの事業所が喫煙対策を実施していますが、十分とは言えない事業所、まだできていない事業所もあるようです。

建物内禁煙は実施しているが、入口に灰皿おいてあるところはないでしょうか？

出入りの際に受動喫煙を受けてしまいます。

屋外でたばこを吸っても、窓が開いていたり、出入り口付近に喫煙所があると、

屋内に煙が入ってしまいます。

また、喫煙者の呼気中からしばらくはたばこの煙が出されています。

公共の施設では、建物内の禁煙化がかなり進んでいますが、出入り口に喫煙所があるところも多くあります。

また、禁煙となっている飲食店が少なく、利用しにくいとの声もあります。

受動喫煙のない社会 ～たばこの煙から子ども達を守る～ ために、

それぞれの職場の喫煙対策、喫煙場所を見直してください。

喫煙者の方は、ご本人とその周囲に人たちの健康のために、禁煙に挑戦してください。

（岡本 産業保健相談員）

【5】図書・研修用機器の貸出

山梨メールマガジン第91号

当センターでは、産業保健をはじめとした図書・研修用機器等について無料で貸出を行っています。

初めてご利用になる方は利用者登録が必要になりますので、身分証明書（運転免許証等）、名刺をご持参の上、当センターで手続きをお願いします。

図書・研修用機器の貸出については下記のアドレスからアクセスしてください。

<http://www.yamanashis.johas.go.jp/rent/1200>

※ビデオ・DVDにつきましては、平成21年12月17日をもって貸出を終了いたしました。当センター内での視聴は可能ですので、お気軽にお越しください。

【6】新着図書のご案内

●産業心理学

【07-0168】Dr. 山本流 ストレスチェック完全攻略！

<http://www.yamanashis.johas.go.jp/rent/2289>

貸出検索・貸出状況についてはこちらから

<http://www.yamanashis.johas.go.jp/rent/1867>

【7】ご相談・ご質問コーナー

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対応し、解決方法等を助言させていただきます。ご利用は無料ですので、どうぞお気軽にご利用ください。

窓口相談

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

◇+◇

☆☆寄せられた質問から☆☆

今月はありません。

【8】編集後記

6月21日は夏至でした。

これから、昼の時間が短くなっていきますが、夏の暑さはこれからが本番です。熱中症対策は万全に。

また、梅雨の時期は、食中毒対策も不可欠です。

ノロウイルスをはじめとする「ウイルス性の食中毒」が冬シーズンに増えるのに対し、ちょうど6月頃から増えてくるのが「細菌性の食中毒」です。

山梨メールマガジン第91号

細菌にとって、梅雨は水分が豊富で、気温が高く、活動には絶好のチャンスなのです。

厚生労働省のホームページにはこれらの対策についての情報が掲載されていますので
ご一読ください。

熱中症対策、食中毒対策をしっかりと行い、元気に梅雨のこの時期を乗り越えてまいりま
しょう。

(鈴木公子)

=====
配信の解除を希望される方は下記のアドレスからご連絡ください。

yamanashi@yamanashis.johas.go.jp

【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】 〒400-0031 山梨県甲府市丸の内2-32-11 山梨県医師会館4階

【TEL】 055(220)7020 【FAX】 055(220)7021

【E-mail】 yamanashi@yamanashis.johas.go.jp

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