



やまなし産保メールマガジン第108号

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

平成29年11月30日

発行：山梨産業保健総合支援センター

◇◇+ . . . . . +◇◇  
メールマガジンを受信していただきありがとうございます。

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

---

平成29年度の研修計画を順次ご案内しております。今回は、平成29年12月～平成30年1月までの計画です。皆様方の参加をお待ちしております。

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。受講は無料です。

---

【A】一般研修（労働衛生・法律・保健指導等）

---

■「労災保険制度の概要と業務上疾病の認定基準」

**内 容** 労災保険制度は、労働者が業務上または通勤途上に災害に遭い、負傷、疾病障害または死亡に至った場合、給付等を行う制度です。一方、業務上疾病は労働基準法の用語で、特定の業務に従事していることによってかかる、もしくは、かかる確率が非常に高くなる病気の総称のことです。今回は、この制度及び認定基準の概要について学習しましょう。

**日 時** 平成29年12月5日（火）14時～16時

**講 師** 小林 勇二「山梨労働局 労災補償課 労災補償監察官」

**会 場** 山梨産業保健総合支援センター 研修室

日医認定産業医単位：生涯・更新 3単位

<http://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/3072>

#### ■「疲労回復・リフレッシュのためのセルフケア体験」

**内 容** 長時間のデスクワークや同じ姿勢での作業は、肩・腰・膝といった局所に負担をかけることが多く、これらは、生活習慣病ならぬ生活習慣痛として、作業効率や日常生活も低下させてしまう危険性があります。そこで、今回は、セルフケア体験としてストレッチやマッサージ法などについて紹介します。

**日 時** 平成29年12月22日（金）14時～16時

**講 師** 依田 武雄「(公財)日本健康スポーツ連盟 主任研究員」

(産業保健相談員)

**会 場** 山梨産業保健総合支援センター 研修室

日医認定産業医単位：生涯・実地 3単位

<http://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/3130>

#### ■「産業医の立場から見た産業保健スタッフのための定期健康診断の実際」

**内 容** 定期健康診断は、産業保健の基礎となるものです。この健診がどのような法律に基づいて行われるのか、誰が行うのか、結果の取り扱いについてどのような規則があるのか等基本的な解説とともに産業医として気づいた点についてもお話しします。また、実際に職場で困ったこと、苦勞した事例がありましたらお持ちください。皆さんで検討しましょう。

**日 時** 平成30年1月30日（火）14時～16時

**講 師** 高橋 英尚「山梨産業保健総合支援センター 所長」

**会 場** 山梨産業保健総合支援センター 研修室

日医認定産業医単位：生涯・実地 3単位

<http://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/3183>

---

#### 【B】衛生管理者レベルアップ研修191

---

#### ■「過重労働対策における諸問題」(191)

内 容 2006年の改正労働安全衛生法において、「長時間労働による労働者の心身の健康障害の防止を図るための対策の樹立」が義務付けられました。法改正後10年経った今、労働行政に新たな動きが見られます。これらもふまえて、労働者の健康を確保するための過重労働対策における諸問題を医師の立場から考えてみたいと思います。

日 時 平成29年12月11日（月） 14時～16時

講 師 大芝 玄「大芝医院 院長」  
(産業医・産業保健相談員)

会 場 山梨産業保健総合支援センター 研修室

日医認定産業医単位：生涯・更新 3単位

<http://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/3086>

---

### 【C】事業者・労働者向けセミナー

---

#### ■「全身の健康と口腔保健」

～知って得する口腔保健～

内 容 近年、多くの調査から、歯周病が、全身の健康に深く関係していることがわかりました。

本研修では、とくに歯周病とメタボリックシンドローム、糖尿病、心臓病との関係について解説します。

日 時 平成29年12月8日（金） 14時～16時

講 師 山田 幸「山梨県福祉保健部健康増進課 歯科保健主幹」  
(歯科医師)

会 場 ぴゅあ総合 中研修室

日医認定産業医単位：生涯・実地 3単位

<http://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/3075>

#### ■「職場における腰痛の管理と運動療法」

内 容 職場での腰痛予防と管理方法、更には腰痛保持者の多くを占め、なおかつ長期化したり再発を繰り返しやすいとされる非特異的腰痛等について専門医が解説するとともに、理学療法士による運動導入を取り入れた方法などについて実践していただきます。

第一部 専門医による腰痛予防対策

第二部 理学療法士による運動療法

日 時 平成30年1月24日（水） 14時～16時

講 師 第一部 藤巻 圭太「市立甲府病院」  
(整形外科医)

第二部 大森 英功「市立甲府病院」

(理学療法士)

会 場 山梨県立文学館 研修室

日医認定産業医単位：第一部 生涯・実地 2単位

第二部 生涯・実地 1単位

<http://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/3169>

■「治療と職業生活の両立支援セミナー」

内 容 就労可能ながん患者やがん経験者が復帰や働き続けることができるよう、職場におけるがん患者等への理解の促進や相談支援体制についてわかりやすく説明します。

1部◆山梨県のがん情報

2部◆がん治療と仕事の両立を支えるために

3部◆がん治療を伴う就職活動の実態

4部◆事業場におけるがん治療と職業生活の両立支援について

日 時 平成30年1月31日(水) 14時～16時10分

講 師 1部 小野 千恵「山梨県健康増進課」

2部 諸山 美和「山梨県立中央病院がん支援センター長」

3部 荻原 勇 「ハローワーク甲府」

4部 工藤 俊平「山梨労働局」

会 場 ぴゅあ総合 大研修室

日医認定産業医単位：生涯・専門 3単位

<http://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/3185>

---

【D】メンタルヘルス研修

■今年度は終了いたしました。

---

【E】産業保健関係者事例検討会

■「職場のメンタルヘルス相談員研修(事例検討)」＜Ⅲ期シリーズ：4回＞

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。

講 師 菅 弘康「すげ臨床心理相談室 所長」

(臨床心理士・産業保健相談員)

会 場 山梨産業保健総合支援センター 研修室

日医認定産業医単位：生涯・実地 3単位

※原則シリーズ（４回）となりますが、個別での申し込みも可能です。

☆シリーズ（Ⅲ期）でお申し込みの方は、Ⅲ－１回目の申込時に要望事項にその旨記入をお願いします。

★Ⅲ－１回目

日 時 平成２９年１２月１３日（水）１４時～１６時３０分

<http://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/3077>

★Ⅲ－２回目

日 時 平成３０年１月１０日（水）１４時～１６時３０分

<http://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/3132>

★Ⅲ－３回目

日 時 平成３０年２月１４日（水）１４時～１６時３０分

<http://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/3246>

★Ⅲ－４回目

日 時 平成３０年３月１４日（水）１４時～１６時３０分

<http://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/3247>

---

【F】産業カウンセリング研修

---

■「産業カウンセリング研修（企業内担当者育成）」＜Ⅱ期シリーズ：４回＞

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」ことが求められます。又職場で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もない、一次予防として機能をもつ「傾聴スキル」を実践的に学んでいただきます。～

講 師 中村 幸枝「エヌ心理研究所 所長」

（産業カウンセラー・産業保健相談員）

会 場 山梨産業保健総合支援センター 研修室

日医認定産業医単位：生涯・専門 ３単位

※原則シリーズ（４回）となりますが、個別での申し込みも可能です。

☆Ⅱ－４回目

日 時 平成２９年１２月１５日（金）１４時～１６時３０分

<http://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/3078>

■「やる気を引き出すコミュニケーションスキル」

内 容 「人のやる気を引き出し、自発的な行動変容を促すコミュニケーションスキル」であるコーチングは、相談・指導の場面で活用したいスキルです。演習やロールプレイを取り入れながらコーチングの基本スキルを中心に学んでいただきます。

日 時 平成30年1月16日(火) 14時～16時  
講 師 長田 暢子「(株)グリーンハート 代表取締役」  
(臨床心理士・産業保健相談員)

会 場 山梨産業保健総合支援センター 研修室

日医認定産業医単位：生涯・専門 3単位

<http://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/3141>

---

## 【2】産業保健トピックス

---

◇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=237603>

◇従業員が希望する妊娠・出産を実現するために

～働きながら不妊治療を受ける従業員へのご理解をお願いします～

<http://www.haisin.mhlw.go.jp/mhlw/C/?c=237751>

◇平成30年度からの特定健診・特定保健指導

<http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000165280.html>

---

## 【3】アラカルト

---

☆☆「治療と職業生活の両立支援セミナー」を開催します。☆☆

労働人口の1/3が病気の治療を続けながら就労している現在、治療を続けながらも安心して働ける環境づくりは、大きな課題となっております。

昨年の12月のがん対策基本法の改正で、がんになった従業員の雇用継続に配慮する努力義務が定められ1年が経過しようとしています。

本セミナーでは、両立支援にかかる事例・実務に即し、それぞれの立場から、課題とその対応策などについて説明を行います。

皆様の参加を心からお待ちしております。

<http://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/3185>

○●インフルエンザの流行に注意しましょう！●○

インフルエンザは、「インフルエンザウイルス」によって起こる感染症で例年1月から3月が流行期です。

インフルエンザは小児や高齢者、免疫力の低下している人がかかると、重症化する恐れがあります。

かからない、うつさないために、日ごろからしっかりと手を洗い、マスクの着用やせきエチケットなどを心がけましょう！

山梨県のインフルエンザの状況について

<http://www.pref.yamanashi.jp/kenko-zsn/87174591102.html>

◇◆労災疾病等医学研究普及サイトのご案内◆◇

≪「手根管症候群患者と作業内容（種類や期間など）との関連に関する研究」≫

当機構では、労働災害の発生状況や行政のニーズを踏まえ、労働補償政策上重要なテーマや新たな政策課題について、時宜に応じた研究に取り組んでいます。

今回は、作業関連疾患「手根管症候群患者と作業内容（種類や期間など）との関連に関する研究」に関する研究についてご紹介します。

詳しくは→<http://www.research.johas.go.jp/sagyou/index.html>

「手根管症候群」は手の過度の使用により、手根管が圧迫され、手がしびれる・運動障害を来すなどといった症状が起こる病気です。「手根管症候群」は「上肢障害」の一つに分類され、この「上肢障害」は上肢を酷使することの多い介護・看護・保育の分野の仕事で起きやすいとされていました。しかし、「手根管症候群」はパソコンを使う仕事であれば、どの分野の仕事でも発生し得るため、多くの労働者によって身近な危険要因と言えます。本研究では、74手55例の症例を収集し、手根管症候群調査票の作成、Quick DASHの聴取、神経伝導速度測定を実施しました。

詳細については、当サイトをご確認ください。

<http://www.research.johas.go.jp/sagyou/index.html>

---

#### 【4】産業保健相談員の窓

---

今回はお休みです。

---

#### 【5】図書・研修用機器の貸出

---

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、運転免許証、名刺等身分の確認できるものをご持参の上、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

---

### 【今月の新着図書】

○今月はありません。

貸出検索・貸出状況はこちらから

<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、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いますので、どうぞお気軽にご利用ください。

産業保健相談員来所日（平成29年12月）

### □産業医学

平成29年12月20日（水）13時30分～16時30分 井上

平成29年12月11日（月）13時～16時 大芝

（研修につき時間等お問い合わせください）

平成29年12月6日（水）10時～13時 岡本

平成29年12月14日（木）15時～17時 刑部

平成29年12月27日（水）13時～15時 金子

### □労働衛生工学

平成29年12月22日（金）13時30分～16時30分 望月

### □保健指導

平成29年12月18日（月）15時～17時 小田切

### □メンタルヘルス

平成29年12月14日（木）12時30分～15時30分 平田

### □カウンセリング

平成29年12月13日20日27日 12時30分～15時30分 後藤

平成29年12月8日22日25日 13時～16時 中村

相談日について

<http://www.yamanashis.johas.go.jp/consultation/1171>

◇+◇

☆☆寄せられた質問から☆☆

今回はお休みです。

---

## 【8】編集後記

---

明日から12月です。

山梨労働局では、

『異常なし！ ダブルチェックで念入りに 年末年始もゼロ災害』  
をスローガンに、年末年始無災害運動を実施します。

働く人全てが年末年始を無事故で過ごし、明るい新年を迎えられますように、運動  
にお取り組みいただけますよう、お願いいたします。

先日、インフルエンザについて

2017年7～8月にオーストラリアで大流行した「殺人インフルエンザ」が日本に上  
陸する可能性が高い。最大の防御はワクチン。今ある予防接種は受けておいた方  
が良い。次にインフルエンザの予防で重要なことの1つは、口の中を乾燥させな  
いこと。口腔内が乾くと、ウイルスを体外に排出させる機能が弱まり、ウイルス  
が体の中に侵入しやすくなる。唾液をたくさん出すようにして、水分を小まめに  
とり、口の中をいつもうるおしておくことが大切。

との報道を聞いて、自己防衛が大事だと思いました。

ともども、気をつけてまいりたいと思います。

(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。

merumaga@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】 info@yamanashis.johas.go.jp

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

---