



やまなし産保メールマガジン第146号

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

令和3年1月28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。

☆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/maimagazine>

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】産業保健専門職（保健師）よもやま話
- 【6】図書・研修用機器の貸出
- 【7】新着図書のご案内
- 【8】ご相談・ご質問コーナー
- 【9】編集後記

【1】研修会・セミナー

平素より、当センターの利用につきまして、ご理解・ご協力を頂き感謝申し上げます。

新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、現在掲載中のセミナー・研修会については3密を避ける対策を講じたうえで開催しておりますが、新型コロナウイルス感染症対策で規模の縮小や本県の状況等を勘案する中、当面の間、県外の方の受講をご遠慮させていただきますのでご理解を賜りますようお願い申し上げます。

なお、今後の情勢により変更する場合がありますのでご承知おきください。その場合には、すみやかにホームページ等でお知らせいたします。

【研修会場】山梨県医師会館1階多目的エリアです。別会場の場合は、別途記載します。

【1】産業医学（一般健康管理）

【4】メンタルヘルス

■「職場のメンタルヘルス対策とハラスメント対策」

日時 令和3年2月5日（金）14時～16時

講師 八巻 俊道「社会保険労務士あさき経営サポート」

（社会保険労務士/メンタルヘルス対策促進員）

[日医認定産業医単位：生涯・専門 3単位]

詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/4924>

【6】カウンセリング

【7】保健指導

■産業看護職セミナー〈全4回〉 WEBセミナー

「シリーズ④喫煙者へのアプローチ」

～禁煙外来を通して、いつまでもやめられない労働者が必要とするサポートを考える

日時 令和3年2月10日（水）14時30分～16時30分

講師 岡本 まさ子「上野原市立病院 医師」

（産業保健相談員）

小川 理恵 「山梨産業保健総合支援センター 産業保健専門職」

（保健師）

[日医認定産業医単位：無]

詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/4925>

■「職場でできる簡単なストレッチ」

～運動で腰痛、肩こり予防～（実習）

〈衛生管理者等レベルアップ研修 229〉

日時 令和3年2月25日（木）14時～16時

講師 西條 富美代「帝京科学大学医療科 准教授」

（産業保健相談員）

[日医認定産業医単位：生涯・実地 3単位]

詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/4928>

【8】両立支援

■「不妊治療と仕事の両立支援セミナー」

～不妊治療を受けながら働き続けられる職場づくりのために～

【第1部】不妊症や不妊治療について

【第2部】不妊治療と仕事の両立に関する現状と課題

【第3部】不妊治療と仕事が両立できる職場環境について

日時 令和3年2月17日（水） 13時30分～16時15分

講師 【第1部】平田 修司「山梨大学医学部産婦人科学教室 教授」
（医師）

【第2部】松本 亜樹子「NPO 法人Fine 理事長」

【第3部】岸田 乃里子（両立支援促進員/社会保険労務士）

会場 山梨県医師会館 講堂

オンラインでも受けられます

[日医認定産業医単位（会場参加者のみ）：生涯・専門 3単位]

詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/4932>

■「治療と仕事の両立支援セミナー（シリーズ②がん編）」

～治療と仕事の両立支援に役立つがんとその治療に関する知識～

日時 令和3年2月18日（木） 14時～16時30分

講師 ①山梨県健康増進課 がん対策推進担当

②前澤 美代子「山梨県立大学 准教授」

（がん看護専門看護師/産業保健相談員）

③山梨労働局 健康安全課 担当官

[日医認定産業医単位：生涯・専門 3単位]

詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/4927>

【10】労働者向けセミナー

【11】産業保健関係者の事例検討

■「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＞

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 山梨県医師会館 2階 会議室

[日医認定産業医単位：生涯・実地 3単位]

【シリーズⅢ】

☆Ⅲ-3回

日時 令和3年2月10日（水） 14時～16時30分

詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/4926>

☆Ⅲ-4回

日時 令和3年3月10日(水) 14時～16時30分

詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/4929>

【2】産業保健トピックス

- 令和2年度両立支援コーディネーター基礎研修【WEB】追加開催について(労働者健康安全機構)

令和2年度両立支援コーディネーター基礎研修日程

- 【第6回】 申込期間 1月13日(水) 13時～2月1日(月) 17時
- 動画配信研修受講期間 2月12日(金)～2月25日(木)
- WEBライブ講習受講日 2月27日(土)
- 【第7回】 申込期間 1月27(水) 13時～2月10日(水) 17時
- 動画配信研修受講期間 2月22日(月)～3月7日(日)
- WEBライブ講習受講日 3月9日(火)

<https://www.johas.go.jp/ryoritsumodel/tabid/1830/Default.aspx>

- 「石綿関連疾患診断技術研修」について(労働者健康安全機)

動画配信により、石綿関連疾患の一般的な知識【基礎研修】と画像診断のポイント【読影研修】を、経験豊富な専門医がわかりやすく解説いたします。

配信期間 令和3年2月28日(日)まで

<https://www.research.johas.go.jp/asbestokenshu/>

- 「職場における化学物質に関するリスクコミュニケーション」について(厚生労働省)

https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_11645.html

- 不妊治療を受けながら働き続けられる職場づくり 不妊治療と仕事の両立に関するシンポジウム WEB配信(山梨労働局)

シンポジウムでは、有識者による「不妊治療を受けながら働き続けられる職場づくり」に関する基調講演やパネルディスカッションが行われます。

https://jsite.mhlw.go.jp/yamanashi-roudoukyoku/news_topics/roudou/funinkyuka.html

- ☆☆☆☆慢性痛予防e-ラーニングのご案内☆☆☆☆(再掲)

痛みがあっても、いきいきと働くために…

慢性痛の基礎から、痛みのプレゼンティーズム・労働生産性への影響、慢性痛の治療と仕事の両立など、職場のための『痛みのトリセツ』です。

「産業保健スタッフコース」,「管理職コース」の受講者を募集します。

募集期間:2020年12月1日～2021年11月30日(受講・申込みスケジュール参照)

受講受入人数:年間6000名(第1回～第4回:各1500名)

受講費用：無料

お問い合わせ：日本運動器疼痛学会事務局 jamp.secretariat@gmail.com

- ・お申し込みに必要な【認証キー】をお伝えします。
- ・企業（部署）単位でお申込みください。
- ・ご担当者様には、システムに受講者情報をご登録いただき、システムから各受講者に ID とパスワードを通知いただく作業をお願いします。

※まず、各コースの受講人数を確定してください。

※あらかじめコースごとの受講者氏名・メールアドレス一覧（Excel）をご用意いただけますとスムーズです。

■受講・申込みスケジュール

第1回：2020年12月1日～2021年2月28日（申込期間：2020年12月1日～2021年1月31日）

第2回：2021年3月1日～2021年5月31日（申込期間：2021年2月1日～3月31日）

第3回：2021年6月1日～2021年8月31日（申込期間：2021年4月1日～6月30日）

第4回：2021年9月1日～2021年11月30日（申込期間：2021年7月1日～9月30日）

※本事業は、国際疼痛学会／日本疼痛学会／ファイザーの支援を受け、日本運動器疼痛学会が作成した「産業保健現場における産業保健スタッフ、管理職、従業員への慢性の痛み教育プログラム」の一部です。

◆新型コロナウイルス感染症について（厚生労働省）

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html

◇「新型コロナウイルス感染症」関連について（山梨労働局）

https://jsite.mhlw.go.jp/yamanashi-roudoukyoku/newpage_00289.html

◇新型コロナウイルス感染症に関する総合情報（山梨県）

https://www.pref.yamanashi.jp/koucho/coronavirus/info_coronavirus.html

○新型コロナウイルス感染症に関するQ & A（厚生労働省）

⇒一般の方向けQ & A

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/dengue_fever_qa_00001.html

⇒医療機関・検査機関向けQ&A

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/dengue_fever_qa_00004.html

⇒企業（労務）方向けQ&A

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/dengue_fever_qa_00007.html

⇒労働者の方向け Q&A

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/dengue_fever_qa_00018.html

<各種相談窓口>

○新型コロナウイルスの影響による特別労働相談窓口（山梨労働局）

<https://jsite.mhlw.go.jp/yamanashi-roudoukyoku/content/contents/000601062.pdf>

○厚生労働省の電話相談窓口（厚生労働省）

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_00094.html#denwa

新型コロナウイルス感染症に係る相談窓口

電話番号：0120-565653（フリーダイヤル）

受付時間：9時00分～21時00分（土日・祝日も実施）

○新型コロナウイルス感染症に関する相談窓口等（山梨県）

https://www.pref.yamanashi.jp/koucho/coronavirus/info_coronavirus_consultation.html

新しい相談体制（11月1日より）

<https://www.pref.yamanashi.jp/koucho/coronavirus/documents/new.pdf>

◆山梨労働局管内における労働災害の発生状況（山梨労働局）

○労働災害発生状況（死傷災害比較表）「令和2年・令和元年1月-12月」（更新）

https://jsite.mhlw.go.jp/yamanashi-roudoukyoku/jirei_toukei/saigaitoukei_jirei/toukei/5-1.html

○死亡災害発生状況（更新）

https://jsite.mhlw.go.jp/yamanashi-roudoukyoku/jirei_toukei/saigaitoukei_jirei/5-2.html

【3】アラカルト

★「テレワーク相談センター」の機能充実を図ります（厚生労働省）

https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_15912.html

★新型コロナワクチンの開発状況について（厚生労働省）

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_00223.html

★新型コロナウイルス感染症（変異株）の患者等の発生について（厚生労働省）

<https://www.mhlw.go.jp/haishin/u/l?p=k2sc0ZpoYu1u408BY>

★雇用調整助成金の特例措置等の延長等について（厚生労働省）

<https://www.mhlw.go.jp/haishin/u/l?p=E-ucuRro4m3uYBGBY>

●山梨障害者職業センターリワーク支援説明会のご案内（山梨障害者職業センター）

独立行政法人高齢・求職・障害者雇用支援機構山梨支部山梨職業センターでは、うつ病等のこころの病で休職されている方の復帰に向けた相談や調整、各種プログラム（リワーク支援）を実施しています。

<https://www.jeed.go.jp/location/chiiki/yamanashi/om5ru80000004swc-att/q2k4vk000003k3re.pdf>

【4】産業保健相談員の窓

このコーナーでは、作業環境測定士、労働衛生コンサルタント及び有害物関連の技能講習講師として、これまでいただいた様々なご質問の中から、労働衛生工学に関するもので皆様の参考になるのではと思われる事柄をQ&A形式で掲載していきたいと考えております。

<ケース26>凄惨（青酸）な結果にならないように！

~~~~粉じんには防じんマスク~~~~

Q：青酸ソーダ（シアン化ナトリウム）を使用しています。どんな呼吸用保護具が良いですか？

A：青酸ソーダは、潮解性のある無色の粉末結晶です。

水に溶解してシアン溶液として、金、銀、銅、亜鉛などのメッキに古くから利用されているものですが、毒性が強く、取扱いに注意が必要です。作業者が粉じんを吸入し、皮膚・粘膜につくと、中毒症状を起し、最悪の場合、死に至ることもあります。

粉じんが発生する業務としては、シアン溶液を作製するために、天秤等を使用して青酸ソーダを計量する作業があります。

この場合、呼吸用保護具として防じんマスクを使用して呼吸器からの侵入を防止します。

また、メッキ槽の液抜きをして槽内を清掃する作業において、青酸ソーダが発じんする場合があります。その作業中に化学防護服が破損し、皮膚に粉じんが付着して皮膚障害を起こした災害事例がありました。

呼吸用保護具のみでなく、身体全般（手、眼、顔、皮膚及び身体）に適切な保護具の使用が望まれます。

メッキ作業場に銅メッキ等の開放槽を数多く配置して、金属製品をメッキする場合、その前工程で酸洗などがあると、次第にメッキ液の pH が酸性側に傾き、青酸ソーダを分解して気体状の有毒なシアン化水素（青酸ガス）が発生します。

このような、青酸ガスが発生する場合には、呼吸用保護具として青酸ガス専用の防毒マスクを使用します。

また、青酸ガスの発生のみならず、粉じんの発生の恐れがある場合には、防毒マスクの前にフィルターを装着した防じん防毒マスクの利用もお勧めです。

☆ 作業場では飲食又は喫煙をしないこと、取扱い後はよく手を洗うことも大切です。

【産業保健相談員（労働衛生工学）】

山梨厚生病院 予防医学センター

調査役 望月 明彦

---

## 【5】産業保健専門職（保健師）よもやま話

---

今回は2月の産業看護職セミナーに関連して、「たばこ」についての話題です。

喫煙対策については、平成30年の7月に健康増進法の一部を改正する法律が成立して以降、令和2年4月1日の全面施行にむけて、対応に追われた事業所も多かったのではないのでしょうか。これにより、受動喫煙を防止するための取組は、マナーからルールへと変わり、たばこの害から健康を守る環境が整ってきました。新型コロナウイルス感染症に関連して、重症化リスクの中に「喫煙」が含まれていることはご承知のことと思います。そして、マスクを外す喫煙スペースでの感染リスクも話題になりました。

また、企業の採用条件として、製薬会社など健康関連の企業や観光業界では、健康問題としてはもちろん、喫煙スペースの確保など物理的な理由や、席を外す時間のロス・作業効率の低下の面からも、喫煙者を採用しないという企業も増えています。

しかし、看護職としてたばこの問題を考えた時に、吸いにくい環境を作ることだけでよいのかというのが今回の産業看護職セミナーの企画です。私たちの支援の対象となる労働者の多くは、働ける状態にある人です。環境調整や情報提供だけで、自己管理ができる方も多く、個別性の高い健康課題への支援を必要とする方は一部です。喫煙者への支援では、個別の支援が少し置き去りになっている気がしています。

看護職としては吸いにくい環境整備や健康情報の提供に力を注ぐだけでなく、「たばこをやめられない人」を「指導しても言うことを聞かない人だから仕方ない」とレッテルを張り放置せず、放置しているかのように見せながらもきちんと忘れずに気にしておくこと、個別支援を大切ではないでしょうか。



2月の産業看護職セミナーは、上野原市立病院の岡本まさ子先生を講師に迎え、健康教育に役立つ喫煙対策の最新情報、併せて個別支援として、禁煙外来での支援と職場での支援の連携について、講義とGWで学びます。

事業所に勤務しているとき、エレベーターの中や廊下で「たばこがやめられないんだよねー」と喫煙者から時々声を掛けられることがありました。相手によって返答は変わりますが、「私にそう言うということは悪いってわかっているんだから。今は無理でもいつかチャンスがあるかも」と、責めないようなかかわりをしながら「禁煙より、今の部署に慣れる方が優先かですかね」とたばこの話に関連してちょっとガスを抜いたり、「血圧の薬を飲みたくないんだけど、必ず下がる方法を教えて」という方には「禁煙と血圧の薬のどちらを選びますか？」とそれこそチャンスを逃さず、相談者のその時の優先順位を決めるような声掛けをします。喫煙は、「嗜好」ではなく「ニコチン依存症」「喫煙病」という治療が必要な全身性疾患で、禁煙ができないのは意思の弱さではないと言われるようになってから10年以上経過しています。

ただ、「依存」に関して、身体的なニコチン依存は薬物治療は日々進歩していますが、心理的な依存へのケアについて学ぶ機会が少ないのではないかと感じています。

私が就職間もない頃、職場の男性の大半は喫煙者、上司の机には缶の灰皿があり、応接室には立派なガラスの灰皿。階段の踊り場には丸イスと灰皿があり、階段を利用する非喫煙者の方が肩身を狭くして階段を上り下り、駅の構内にはたばこの吸い殻が落ち、独特のたばこ臭が漂い。受動喫煙よりも、喫煙者本人の「嗜好」による健康害としてのアプローチが中心でした。

今は、子どもの頃からたばこの害について教育を受けるようになり、「たばこを吸うのはカッコいい大人」というイメージも薄らいできたように思いますし、非喫煙者が自分の健康を守る権利を声にできるようになり、たばこを吸う場所は減り、知らない場所で「喫煙コーナー」を見つけるのに苦労し、家でも外でも気分よくたばこを吸える場所はなくなっています。たばこが値上がりでお財布への影響も…このように、喫煙者が「禁煙」を考える機会は、幾度となくあったように思います。

しかし、看護職として集団への支援だけではなく、それでもなお喫煙を続ける労働者の「心理的な依存」についての支援を考えてみませんか？

【産業保健専門職】

保健師 小川 理恵

---

## 【6】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。

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

---

#### 【7】新着図書のご案内

---

貸出検索・貸出状況はこちらから

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

---

#### 【8】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。

相談員と相談日はこちら

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

---

#### 【9】編集後記

---

2021年、山梨産業保健総合支援センター職員一同、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取り組んでまいりますので、本年もよろしくお願い申し上げます。

さて、首都圏を中心に新型コロナウイルス感染症の新規陽性者数が急増し、1月7日に東京、神奈川、千葉、埼玉の1都3県に緊急事態宣言が発出され、同月18日には対象が11都道府県に拡大されました。

山梨県においても、令和2年11月以降深刻な感染状況が続いており、先日、飲食店等の営業時間短縮要請が出されました。

厳しい状況が続きますが、感染拡大防止に向けて、3密（密閉、密集、密接）の場を避けるとともに、マスクの着用、対人距離の確保、換気等引き続き徹底しましょう。（小林）

---

メールマガジンに関するご意見・ご要望のある方、配信の解除をご希望の方は、ホームページ「お問い合わせフォーム」をご利用ください。

<https://www.yamanashis.johas.go.jp/inquiry>

---

【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](mailto:info@yamanashis.johas.go.jp)

【U R L】 <https://www.yamanashis.johas.go.jp>

---