



やまなし産保メールマガジン第107号

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

平成29年10月31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、11月～12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>

【B】衛生管理者レベルアップ研修187～189

■「作業環境管理と作業環境測定器の使い方」（189）

内 容 有害な業務を行う屋内作業場等での測定が義務付けられている作業環境測定の概要を説明します。

また、「デジタル粉じん計」や「検地管」等の測定機器の説明を行います。

日 時 平成29年11月21日（火）14時～16時
講 師 望月 明彦「山梨厚生病院 予防医学センター 副所長」
(労働衛生コンサルタント・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/3056>

■「働く人の元気を生み出す環境づくり」（190）

内 容 社員に元気でイキイキと働いてもらうための職場作りには、どのような支援が必要かともに考えましょう。

日 時 平成29年12月1日（金）14時～16時

講師 長坂 勝弘「アサーティブコミュニケーション人事労務コンサルティング
オフィス」

(第一種衛生管理者)

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/3070>

■「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

■「喫煙対策を考えてみる」

～受動喫煙防止対策を強化する必要性～

内容 厚生労働省は、昨年の10月に2020年の東京五輪・パラリンピックに向けた受動喫煙防止の規制強化案を明らかにしました。

現行の健康増進法などは多くの人が集まる施設の管理者や事業者に受動喫煙対策が取るように定めていますが、努力義務にとどまっています。本研修では、受動喫煙防止対策の強化の必要性について解説します。

日時 平成29年11月8日(水) 14時～16時

講師 岡本 まさ子「上野原市立病院 医師」

(産業保健相談員)

会場 ぴゅあ総合 中研修室

日医認定産業医単位：生涯・専門 3単位

<http://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/3049>

■「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>

【D】メンタルヘルス研修

■「より良い人間関係のためのコミュニケーション」

内 容 メンタルヘルスを予防するために職場でのより良い人間関係づくりは欠かせません。その為に上手なコミュニケーションについて、ゲームも交えて学んでいきたいと思えます。

日 時 平成29年11月13日(月) 14時～16時

講 師 後藤 由美子(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/3052>

【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。

☆Ⅱ-4回目

日 時 平成29年11月1日(水) 14時～16時30分

<http://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/3051>

★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

FAXでお申し込みください

★Ⅲ－4 回目

日 時 平成30年3月14日（水）14時～16時30分

FAXでお申し込みください

【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－3 回目

日 時 平成29年11月17日（金）14時～16時30分

<http://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/3054>

☆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>

■「感情のコントロールを利用した快適職場づくり」

～EQ（心の知能指数）の基礎知識～

内 容 職場は様々な”人”の集まりです。一人ひとりが感情のコントロールを適

切に行うことは快適職場づくりに繋がり、最終的には生産性の向上に繋がります。EQ（心の知能指数）の基礎を知り、快適職場づくりへと繋げましょう！

日 時 平成29年11月28日（火） 14時～16時

講 師 樋口 しのぶ（産業カウンセラー・メンタルヘルス促進員）

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/3023>

【2】産業保健トピックス

◇11月は「過労死等防止啓発月間」です～過労死等防止対策推進シンポジウムや過重労働解消キャンペーンなどを実施～

<http://www.haisin.mhlw.go.jp/mhlw/C/?c=235965>

◇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=236845>

◇過労死等防止対策白書

<http://www.haisin.mhlw.go.jp/mhlw/C/?c=236757>

◇「平成29年度職場のメンタルヘルスシンポジウム～ストレスチェック集団分析結果等を活かした職場環境改善～」を12月に開催します。

<http://www.haisin.mhlw.go.jp/mhlw/C/?c=236523>

◇「治療と仕事の両立支援」のキャラクターを決定しました

<http://www.haisin.mhlw.go.jp/mhlw/C/?c=236455>

【3】アラカルト

○●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◆◇

≪「睡眠時無呼吸症候群」について≫

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、労災補償政策上、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“睡眠時無呼吸症候群（SAS）の診断と治療に関する研究”についてのご紹介です。

(<http://www.research.johas.go.jp/sas/docs/sas.pdf>)

本研究において、ドライバー、シフトワーカー等の職域における勤労者1,646名に対して睡眠時無呼吸症候群の有病率を調査したところ、3%ODIの低下による睡眠時無呼吸障害は男性20.1%、女性10.6%であり、20年前に比べ2倍程度増加していることが示されました。

本研究の意義としては、職域においてSASのスクリーニングを行い、早期発見と適切な治療を行うことは健康増進のみならず社会的影響の大きい労働災害防止の面からも重要です。本研究において得られた知見を日本心臓病学会学術集会等において発表させていただいておりますが、当サイトにおいてもぜひ一度ご覧ください。

(<http://www.research.johas.go.jp/sas/docs/sas.pdf>)

【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、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11月）

□産業医学

平成29年11月22日（水）13時30分～16時30分 井上

平成29年11月13日（木）13時～16時 大芝

平成29年11月 1日（水）10時～13時 岡本

平成29年11月 9日（木）15時30分～17時 刑部

□労働衛生工学

平成29年11月21日（火）13時30分～16時30分 望月

（研修につき時間等お問い合わせください）

□保健指導

平成29年11月27日（月）15時～17時 小田切

□メンタル

平成29年11月 9日（木）14時～17時 平田

□カウンセリング

平成29年11月1日15日22日29日 12時30分～15時30分 後藤

平成29年11月10日20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☆☆

【質問】安全衛生に熱心な社長（事業主）が自ら安全衛生委員会の議長を行うことに問題はなにか。

【回答】安全衛生活動は、比較的総務の責任者や生産部門のトップ等が担当するケース

が多い中、社長（事業主）が先頭にたって安全衛生活動を実施することは望ましいと考えるが、社長（事業主）の意見や発言が主となって、実際に作業をしている現場の声が委員会の議題として取り上げられない状態とならないように注意が必要。

【8】編集後記

紅葉シーズンに突入です。標高が高いところでは見ごろとなっている場所もあるようです。みなさまは紅葉狩りにお出かけになりますか。

10月は全国労働衛生週間でした。11月は過重労働防止月間と労働衛生関連行事が続きます。

この機会に、労働者の心とからだの健康について考えていただきたいと思います。

当センターは、健康管理やメンタルヘルスに関するセミナーの開催、また、メンタルヘルス対策促進員による事業場への個別訪問支援等を行っております。

ぜひ、ご活用いただき、産業保健推進にお役立ください。

（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>
