



やまなし産保メールマガジン第139号

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

令和2年6月29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/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】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

『ご案内』

当センターでは、新型コロナウイルス感染症対策として、受講者や関係者の健康・安全面を第一に考え「新しい生活様式」を踏まえ、研修・セミナーの会場が3つの「密」にならないよう対策を講じ山梨県医師会館1階の多目的エリアで6月12日から再開しております。

費用は無料です。（※ 他会場の場合は、別途記載します。）

つきましては、受講時にはマスクの着用と体調確認（健康確認）にご協力を賜りますようお願いいたします。

なお、受講を希望されます方は、次の1又は2の方法によりお申込みください。

1. 電子メール（各研修の欄に添付しているアドレスからホームページにアクセスし
Webページから送信）
2. FAX（チラシやホームページ等に掲載している申込用紙を利用し送信）

『テーマの掲載方法』

本年4月より、実施するテーマの分類を見やすく・解りやすくするため従来の6項目から5項目を増やし11項目として掲載しています。

【1】産業医学（一般健康管理）

【2】産業医学（有害業務の健康管理、作業管理）

【3】労働衛生工学

■「労働衛生管理の基礎と事例」

～安全衛生委員会および職場巡視の効果的運用と活性化について～

日時 令和2年7月3日（金）14時～16時

講師 森 博幸「森労働衛生コンサルタント事務所 所長」

（労働衛生コンサルタント/産業保健相談員）

[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/4692>

■「簡易測定器による測定について」

<衛生管理者等レベルアップ研修218>

日時 令和2年7月28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 調査役」

（労働衛生コンサルタント/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/4697>

【4】メンタルヘルス

■「パワーハラスメント対策は事業主の義務！」

～セクシュアルハラスメント等の防止対策も強化～

日時 令和2年8月4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」

（公認心理師/産業保健相談員）

[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/4730>

【5】労働衛生関係法令

■「働き方改革について」

～過重労働による健康障害防止と治療と仕事の両立支援～

日時 令和2年8月18日（火） 14時～16時

講師 雨宮 隆浩「雨宮労務管理事務所 所長」

（特定社会保険労務士/産業保健相談員）

[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/4734>

■「事業場における労働者の健康情報等の取扱いについて」

<衛生管理者等レベルアップ研修 222>

日時 令和2年8月25日（火） 14時～16時

講師 中村 景子「山梨労働局 健康安全課 衛生専門官」

[日医認定産業医単位：生涯・更新 3単位]

詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/4737>

【6】カウンセリング

■「産業カウンセリング研修（企業内担当者育成）～「傾聴技法」基礎から応用まで～ <シリーズI>」

一次予防として話を聞く事が求められます。

講師 中村 幸枝「(有)エヌ心理研究所 所長」

（産業カウンセラー/産業保健相談員）

[日医認定産業医単位：生涯・専門 3単位]

【シリーズI】

☆ I-2回

日時 令和2年7月17日（金） 14時～16時30分

詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/4696>

☆ I-3回

日時 令和2年8月21日（金） 14時～16時30分

詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/4736>

実施予定日程<お申込みは、FAX でお願ひします。>

☆ I-4回

日時 令和2年9月18日（金） 14時～16時30分

【7】保健指導

■「定年後を考えた健康管理」

＜衛生管理者等レベルアップ研修 221＞

日時 令和2年7月15日（水） 14時～16時

講師 宮村 季浩「山梨大学医学部 教授」

（労働衛生コンサルタント・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/4695>

■「健康管理を考える」

日時 令和2年7月30日（木） 14時～16時

講師 齋藤 順一「齊藤医院 院長」

（産業保健相談員）

[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/4698>

■「職業生活と健康寿命」

日時 令和2年8月5日（水） 14時～16時

講師 小田切 陽一「山梨県立大学大学院 名誉教授」

（産業保健相談員）

[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/4731>

■「産業看護職セミナー＜全4回＞（シリーズ②血糖高めから糖尿病の保健指導）」

～職域検診結果から支援レベルを見極める point と保健指導の実際～

日時 令和2年8月20日（木） 14時30分～16時30分

講師 中里 明子「中里内科クリニック DM」

（日本糖尿病療養指導士）

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/4735>

【8】両立支援

■「治療と仕事の両立支援セミナー（シリーズ③不妊症編）」

～不妊治療と仕事の両立支援のために事業者が知っておきたい基礎知識～

日時 令和2年8月6日（木） 14時～16時

講師 両角 未央「このはな産婦人科」
(不妊症看護認定看護師/助産婦)

[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/4732>

【9】事業者向けセミナー

【10】労働者向けセミナー

■「アルコール依存症の長期的な回復に向けて」

～SBIRTS 普及促進セミナー～

日時 令和2年7月5日(日) 13時30分～16時30分

講師 菅沼 直樹「医療法人成精会 刈谷病院 副院長」 他

会場 山梨県医師会館 講堂

[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/4693>

【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)

[日医認定産業医単位：生涯・実地 3単位]

【シリーズⅠ】

☆Ⅰ-4回

日時 令和2年 7月 8日(水) 14時～16時30分

詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/4694>

☆Ⅱ-1回

日時 令和2年 8月12日(水) 14時～16時30分

詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/4733>

<シリーズでお申し込みの方は、Ⅱ-1回お申し込み時にその旨記入をお願いします。>

実施予定日程

☆Ⅱ-2回

日時 令和2年 9月 9日(水) 14時～16時30分

☆Ⅱ-3回

日時 令和2年10月14日(水) 14時~16時30分

☆Ⅱ-4回

日時 令和2年11月11日(水) 14時~16時30分

【2】産業保健トピックス

◆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_0001.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_0004.html

⇒企業(労務)方向けQ&A

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/dengue_fever_qa_0007.html

⇒労働者の方向けQ&A

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/dengue_fever_qa_0018.html

⇒関連業種の方向けQ&A

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/covid19_qa_kanren_kigyuu.html

◆交通労働災害を防止しましょう!(山梨労働局)

https://jsite.mhlw.go.jp/yamanashi-roudoukyoku/jirei_toukei/pamphlet_leaflet/anzen_eisei/koutuuroudousaigai.html

◆高年齢労働者の安全と健康確保のためのガイドライン（エイジフレンドリーガイドライン）等について（山梨労働局）

https://jsite.mhlw.go.jp/yamanashi-roudoukyoku/hourei_seido_tetsuzuki/anzen_eisei/attention/agefriendly.html

<助成金等>（厚生労働省）

○新型コロナウイルス感染症の影響に伴う雇用調整助成金（特例措置）のご案内

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/koyou/kyufukin/pageL07.html

○雇用調整助成金の助成額の上限額を引き上げます

https://www.mhlw.go.jp/stf/press1401_202005061030_00004.html

○「新型コロナウイルス感染症に関する母性健康管理措置による休暇取得支援助成金」を創設しました

<https://jsite.mhlw.go.jp/yamanashi-roudoukyoku/content/contents/000666499.pdf>

○両立支援等助成金（介護離職防止支援コース）に「新型コロナウイルス感染症対応特例」を創設しました

<https://jsite.mhlw.go.jp/yamanashi-roudoukyoku/content/contents/000666506.pdf>

○新型コロナウイルス感染症による小学校休業等対応助成金・支援金の上限額等の引上げ及び対象期間の延長について（制度改正のお知らせ）

<https://jsite.mhlw.go.jp/yamanashi-roudoukyoku/content/contents/000666497.pdf>

<各種相談窓口>

○新型コロナウイルス感染症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>

○賃金不払、解雇及び過重労働等の相談・情報提供を受け付けています。（山梨労働局）

https://jsite.mhlw.go.jp/yamanashi-roudoukyoku/news_topics/houdou/houdouR20511.html

○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係る電話相談窓口について（山梨県）

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

⇒帰国者・接触者相談センター（各保健所）

新型コロナウイルスの感染が疑われる要件を満たす方に対し、専用の受診先をご案内します。

◆山梨労働局管内における労働災害の発生状況

○労働災害発生状況（死傷災害比較表）

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

○死亡災害発生状況

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

○建設業における労働災害防止のために ～山梨県内における労働災害発生状況（令和元年）と労働災害防止対策概要～

https://jsite.mhlw.go.jp/yamanashi-roudoukyoku/jirei_toukei/pamphlet_leaflet/anzen_eisei/saigaiboushi_kensetsu.html

◆「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイントをまとめました

「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイント

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

<その他>

・新型コロナウイルス接触確認アプリ(COCOA)の「お知らせ」を更新しました（厚生労働省）

<https://www.mhlw.go.jp/haishin/u/l?p=-QeKfoYx5HiKuZhrY>

【3】アラカルト

◇感染症に関する情報

山梨県では、新型コロナウイルス感染症に関する総合ページを開設しました。

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

◎心理的負荷による精神障害の労災認定基準の改正について

～「心理的負荷評価表」に「パワーハラスメント」の出来事が追加されました～
https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_11494.html

◎労災診療費の改定について

労災診療費算定基準が令和2年6月1日に改定され、令和2年6月1日からの労災診療費の算

定に適用されます

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/roudoukijun/rousaishinryouhi/kaitei.html

◎職場におけるパワーハラスメント対策が事業主の義務になりました！

令和2年6月1日から職場におけるハラスメント防止対策が強化されます！

https://jsite.mhlw.go.jp/yamanashi-roudoukyoku/hourei_seido_tetsuzuki/koyou_kintou/harrasment_020601.html

◎「地域産業保健センター」活用のご案内

当センターの地域窓口である「地域産業保健センター」では、労働者50人未満の小規模事業場の事業者やそこで働く労働者を対象として、労働安全衛生法に定められた保健指導など以下の産業保健サービスを無料で提供しています。

- 1 健康診断結果に基づく医師からの意見聴取
- 2 労働者の健康管理に係る相談
 - * 脳・心臓疾患のリスクが高い労働者に対する保健指導
 - * メンタル不調を感じている労働者に対する健康相談・指導
- 3 長時間労働者及びストレスチェックに係る高ストレス者に対する医師の面接指導
- 4 個別訪問による産業保健指導の実施
 - * 作業環境管理、作業管理、メンタルヘルス対策等の健康管理の状況を踏まえた総合的な助言を行います。

労働者の健康管理、健康保持増進にお役立てください。

詳しくはこちら↓

<https://www.yamanashis.johas.go.jp/consultation/1175>

山梨産業保健総合支援センター（TEL：055-220-7020）

【4】産業保健相談員の窓

本コーナーは、産業保健相談員による産業保健に関する最新かつ有用な情報を【産業医学】・【労働衛生工学】・【メンタルヘルス】・【関係法令】・【カウンセリング】

・【保健指導】等の分野でご紹介しています。

今回も引き続き労働衛生工学の観点から産業保健相談員に寄せられたご質問について

Q & Aの形式でご紹介します。

<連載シリーズ 第19回> 先ずは源（みなもと）から

～～～作業環境騒音対策について～～～

Q：騒音レベルが高いと言われ指導されました。どうしたら良いですか？

A：屋内作業場における「騒音」は騒音性難聴の原因となることから、厚労省では事業主へ騒音レベルの低減化を促すため、「騒音障害防止のためのガイドライン」を策定しています。これに基づいて改善対策をとることをお勧めします。具体的には次の順位で検討します。

1. 騒音発生源対策 2. 伝ば経路対策 3. 受音者対策

まず、「1. 騒音発生源対策」は、最も効果的な対策です。

発生源の低騒音化は、設備更新時等に低騒音型機械を採用する方法です。

発生原因の除去は、給油、部品交換等の方法により正常な運転にする方法です。

遮音は、防音カバー、ラギング等の遮音材で囲ったり、張り付ける方法です。

消音は、消音器、吸音ダクト等の消音装置を使用する方法です。

防振は、防振ゴムを取り付けることにより振動を吸収する方法です。

制振は、制振材を装着して振動エネルギーを材料の変形で吸収する方法です。

運転方法の改善は、自動化、配置の変更等により騒音レベルを低減する方法です。

次に、「2. 伝播経路対策」は、騒音源対策が実施できない場合に採用します。

距離減衰は、配置の変更等により、騒音源と受音点の距離を十分離す方法です。

遮蔽効果は、遮蔽物、防音塀等により、騒音源と作業者を分離、隔離する方法です。

吸音は、建屋内部の消音処理をすることにより反射音を減少させる方法です。

指向性は、特定方向に音が出ている場合、音源の向きを反対方向に向ける方法です。

「3. 受音者対策」は、作業員保護の観点からの対策となります。

遮音は、防音監視室等に受音者を隔離する方法です。

作業方法の改善は、作業スケジュールの調整等により作業時間を減らす方法です。

耳の保護は、耳栓、耳覆い（イヤーマフ）等の保護具を着用させる方法です。

☆対策をとることで作業環境騒音測定の結果は随時向上が期待できます。より良い職場環境への道標として下さい。

【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

【5】産業保健専門職（保健師）よもやま話

新型コロナウイルス感染症の感染予防対策のため一時中止しておりましたセンター研修事業について、6月中旬より再開いたしました。

今年度は、昨年開催した産業看護職セミナー参加者からいただいたご意見をもとに、産業看護職のみを対象とした産業看護職セミナーを4回計画しておりましたが、第1回目の「今どきの職場不適應への対応」～疾病性と事例性を整理した問題のとらえ方・産業看護職の役割～（山梨文化会館総務局厚生部保健師 楡井 恭子氏）は、中止となりました。講師も現場をお持ちの方ですので、日程を再調整させていただければ、年度内に開催したいと考えております。

事実上、初回の8月は、「血糖高めから糖尿病の保健指導」～職域検診結果から支援レベルを見極める point と保健指導の実際（中里内科クリニック DM 保健師中里明子氏）です。

多くの働く世代の糖尿病患者にかかわっている、日本糖尿病療養指導士の中里明子氏から、職域健診の結果を受診に結び付けるアプローチや、治療中断させないために産業看護職の支援に期待すること、また、検査結果からわかる膵臓の状態を理解し、治療のタイミングで将来の治療がどのように変わるのかなど、講義・事例検討により学びます。対応に苦慮しているケースの事例提供も歓迎ですので、事前にご連絡ください。

今後予定されている研修は以下の通りです。

11月12日（木）

「企業で期待される看護職の役割を考える」

～産業医の立場から～愛知医科大学衛生学講座教授 鈴木 孝太氏

令和3年2月10日（水）

「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～上野原市立病院内科医 当センター産業保健相談員 岡本まさ子氏

また、治療と仕事の両立支援セミナーとして、今年度は「不妊治療と仕事の両立」を新たにテーマとして加え、8月6日に開催を予定しております。詳細はホームページよりご確認ください。

参加者には、厚生労働省「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のマニュアル」を配付いたします。新型コロナウイルス感染症予防対策をきっかけに、在宅勤務や時差出勤など、様々な働き方の検討されている事業所の皆さん、不妊治療について知ること、特別なことではなく、事業所・労働者双方にとって自然な形での両立支援の方法を見つける機会にもなるのではないのでしょうか。

感染症予防のため、体調チェック、手洗いやマスク着用など、参加者の皆様にもご協力をいただきながらの開催です。

新型コロナウイルス感染症の影響で、健康診断の実施等、産業保健活動を進める上で

様々なご苦勞をされていることと思います。

そのようなご苦勞も含めて、参加者同士の情報交換の機会としても、ぜひご活用ください。

【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

【今月の新着図書】

●全般

【01-470】医師と弁護士とで読み解く トラブル防止のための産業医実務

<https://www.yamanashis.johas.go.jp/rent/4739>

●産業心理学

【07-183】裁判例から学ぶ建設業のメンタルヘルス

<https://www.yamanashis.johas.go.jp/rent/4628>

【07-184】建設業におけるメンタルヘルス対 ｓ カウの進め方

<https://www.yamanashis.johas.go.jp/rent/4629>

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・ご質問をお受けします。新型コロナウイルス感染予防対策として、当面の間、電話・Eメール等での受付・対応となりますが、ご理解とご協力をお願いいたします。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

新型コロナウイルス感染症拡大防止を受け、「外出自粛」をしていたところ「運動不足」となり、体重が増えてしまいました。最近、運動施設の使用制限も条件付きではありますが解除となり、趣味のフットサルを屋外で再開しました。3か月以上のブランクがあり、気持ちは動いているのですが、身体は動かず大変なことになっています。

でも、いい汗かいています！

さて、新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐため「新しい生活様式」として、身体的距離の確保、マスクの着用、手洗いや3密を避ける等の対策を取り入れた生活様式を実践することが求められています。

マスクの着用について、最近様々なマスクが発売されていますが、マスクは飛沫の拡散防止に有効で基本的な感染対策として着用しています。マスクを着用していると、体感温度が上昇するなど、身体に負担がかかり、高温や多湿といった環境下でのマスク着用は、熱中症のリスクが高くなる恐れがあります。屋外で人との距離が十分（最低2m以上）とれるようであればマスクを外してみましょう。

また、熱中症予防のためには、エアコンを活用することになると思いますが、一般的な家庭用エアコンは、空気を循環させるだけで換気を行っていないことから、エアコン使用時でも窓を開放するなどして換気を行きましょう。

今夏の関東甲信地方の気温は「高め」との見込みが示されました。今年の夏は、マスクとうまく付き合いながら、健康に注意して乗り切りましょう！（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

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