

やまなし産保メールマガジン第80号

【URL】 <http://www.sanpo19.jp/>

平成27年7月21日

発行：山梨産業保健総合支援センター

目次

- 【1】 研修会のお知らせ
- 【2】 産業保健トピックス
- 【3】 ～1次予防重視の健康管理～
- 【4】 図書・研修用機器の貸出について
- 【5】 編集後記

【1】 研修会のお知らせ

◇当センターの平成27年7月～12月に開催します研修は次のとおりですのでご案内いたします。

※各研修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て下さい。

【1-A】 単独研修

☆「メンタルヘルス対策～ストレスへの気付き～」

内容 労働安全衛生において、メンタルヘルスが大きな問題となっています。中でもうつ病などの気分障害、不安障害があげられます。このようなメンタルな疾患についても生活習慣病のように、まずは常日頃から予防を心がけることが最も重要です。一人ひとりが行える予防の方法が「ストレスへの気付き」であり、その具体的な話を聞いていただきます。

日時 平成27年9月1日（火）午後2時～午後4時

講師 篠原 学（産業保健相談員・山梨大学保健管理センター准教授）

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 単位申請中

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=614>

☆「メンタルヘルス研修～ラインケアについて～」

内容 職場のメンタルヘルス対策において、管理者が社員に個別の指導・相談などを行う「ラインケア」とはどういった取組なのかについてわかりやすく説明します。

日時 平成27年9月29日（火）午後2時～午後4時

講師 塚原 正明（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

認定単位 認定産業医研修 単位申請中

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=621>

☆「メンタルヘルス研修～セルフケアについて～」

内容 一人ひとりがかかっているストレスの仕組みを理解し、セルフケアの重要性を理解してい

山梨メールマガジン第80号
ることは組織としてのメンタルヘルス不調者の未然防止にもつながります。
当研修では、「自分の健康は自分で守る」という考え方を理解してもらうた
め、必要な知識、技法を身に付けていただきます。
日 時 平成27年10月7日(水)午後2時～午後4時
講 師 塚原 正明(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
認定単位 認定産業医研修 単位申請中

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=623>

☆「職場の感染症対策～新型インフルエンザ対策を中心に～」
内 容 2013年6月に政府から新型インフルエンザ等対策ガイドラインが発表
されました。
このガイドラインに基づき、職場での対策が求められています。当研修で
は、新型インフルエンザ対策を中心に職場で行うべき感染症対策について
解説します。
日 時 平成27年11月17日(火)午後2時～午後4時
講 師 白鳥 典郎(山梨県健康増進課 感染症担当 課長補佐)
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 単位申請中

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=631>

☆「メンタル不調者の職場復帰の実務」
内 容 メンタルヘルス対策の中で、職場復帰は、本人－主治医－産業医等産業保健
スタッフ－上司－人事労務担当者－同僚－家族などの関係者の連携が大事で
それだけ人と人のコミュニケーションが必要な活動になります。連携の有無
が復職してからの状況にも大きく影響します。当研修では円滑な職場復帰
支援を目指します。
日 時 平成27年12月16日(水)午後2時～午後4時
講 師 後藤 由美子(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
認定単位 認定産業医研修 単位申請中

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=636>

【1-B】衛生管理者レベルアップ研修145～154

★「転倒予防セミナー②(3回シリーズ)」145
<①STOP! 転倒災害プロジェクト2015>
<②労働者の身体特性を考慮した安全対策の具体例と対応策について>
内 容 転倒災害は、どのような職場でも発生する可能性があります。この転倒によ
る災害を減少させるため、厚生労働省では「STOP! 転倒災害プロジェクト
2015」を開始しました。当研修では、山梨労働局の職員と健康運動指導士
による労働者の身体特性を考慮した安全対策の具体例と対策等について学ん
でいただきます。
日 時 平成27年7月31日(金)午後2時～午後4時
講 師 ①井原 誠(山梨労働局 健康安全課 課長補佐)
②依田 武雄(産業保健相談員・(公財)日本健康スポーツ連盟健康運動
指導士)
会 場 山梨産業保健総合支援センター 研修室

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=606>

★「人事労務のコツ③（4回シリーズ）」146

3回目：安全衛生の対応方法等

内容 健康な働く環境を提供するためには、人事労務の働きが重要となってきます。当研修では4回のシリーズに分けて説明します。

日時 平成27年8月10日（月）午後2時～午後4時

講師 長坂 勝弘（人事労務コンサルティングオフィス）

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 単位申請中

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=610>

★＜腰痛予防対策指針による予防のポイント＞

＜職場における腰痛の予防と治療について＞ 147

内容 指針のポイント、腰痛の発生が比較的多い作業について及びその対策等について学んでいただきます。

日時 平成27年8月20日（木）午後2時～午後4時

講師 ①井原 誠（山梨労働局 健康安全課 課長補佐）

②日野原 真一（ひのはら整形ペインクリニック院長）

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 単位申請中

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=612>

★「人事労務のコツ④（4回シリーズ）」148

4回目：社員育成の教育計画についての対応方法等

内容 健康な働く環境を提供するためには、人事労務の働きが重要となってきます。当研修では4回のシリーズに分けて説明します。

日時 平成27年9月4日（金）午後2時～午後4時

講師 長坂 勝弘（人事労務コンサルティングオフィス）

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 単位申請中

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=615>

★「転倒予防セミナー③（3回シリーズ）」149

＜①STOP！転倒災害プロジェクト2015＞

＜②労働者の身体特性を考慮した安全対策の具体例と対応策について＞

内容 転倒災害は、どのような職場でも発生する可能性があります。この転倒による災害を減少させるため、厚生労働省では「STOP！転倒災害プロジェクト2015」を開始しました。当研修では、山梨労働局の職員と健康運動指導士による労働者の身体特性を考慮した安全対策の具体例と対策等について学んでいただきます。

日時 平成27年9月18日（金）午後2時～午後4時

講師 ①井原 誠（山梨労働局 健康安全課 課長補佐）

②依田 武雄（産業保健相談員・（公財）日本健康スポーツ連盟健康運動

山梨メールマガジン第80号
指導士)

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 単位申請中

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=619>

★「改正パートタイム労働法について」150

内容 平成27年4月1日から、パートタイム労働者の公正な待遇を確保し、納得して働くことができるようにするため、パートタイム労働法や施行規則、パートタイム労働指針が変わっています。改正の主旨及び内容について解説します。

日時 平成27年10月20日(火) 午後2時～午後4時
講師 山梨労働局雇用均等室担当官
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 単位申請中

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=625>

★「社会的スキルを高めて職場のストレスを軽減しよう！」151

内容 コミュニケーションスキルなど社会的スキルの向上は、ストレスへの積極的な対処行動や職場でのサポートを求められるなど職業性ストレスの低減につながるセルフケアの有効な方策です。山梨県の事業所を対象に調査された結果を基に解説します。

日時 平成27年10月29日(木) 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 単位申請中

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=627>

★「生活習慣病の予防と腎臓病について」152

内容 慢性腎臓病(CKD)発症には、生活習慣病(肥満・高血圧・糖尿病・脂質異常)や動脈硬化が大きく関わっていると言われていています。従ってCKD予防に関してはこれらの疾患の予防が重要です。

日時 平成27年11月5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 ぴゅあ総合 大研修室 (住所:山梨県甲府市朝気1-2-2)
認定単位 認定産業医研修 単位申請中

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=628>

★「タバコによる健康障害防止セミナー」153

内容 労働安全衛生法の改正により、平成27年6月1日から、事業場の実情に応じ、全面禁煙、喫煙室の設置などにより受動喫煙を防止するための措置が努力義務となりました。ここでは、タバコによる健康障害及び受動喫煙防止対策等について学んでいただきます。

①労働安全衛生法の改正について
②受動喫煙防止対策のポイント
③タバコによる健康障害
日時 平成27年11月9日(月) 午後2時～午後4時
講師 ①山梨労働局 健康安全課 担当官
②望月 明彦 (産業保健相談員)

③岡本 まさ子 (産業保健相談員・上野原市立病院 医師)

会場 かいてらす 大会議室 (住所: 山梨県甲府市東光寺3-13-25)
認定単位 認定産業医研修 単位申請中

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=629>

★「口の健康と全身の健康との関連性について」154

内容 口腔内を健康に保つということは、生活習慣病の改善に影響を与えています。ムシ歯、歯周病の治療、口腔ケアの方法などを紹介し、口の健康を維

持することがからだの健康維持に重要であることの意義等について解説します。

日時 平成27年12月2日(水) 午後2時～午後4時

講師 仲谷 寛 (日本歯科大学 教授)

会場 山梨県立文学館 研修室 (住所: 山梨県甲府市貢川1-5-35)

認定単位 認定産業医研修 単位申請中

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=634>

【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Ⅱ-①～④, Ⅲ-①

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	Ⅱ期	1回目	平成27年 8月12日(水)	午後2時～午後4時30分
		2回目	平成27年 9月9日(水)	午後2時～午後4時30分
		3回目	平成27年 10月14日(水)	午後2時～午後4時30分
		4回目	平成27年 11月11日(水)	午後2時～午後4時30分
Ⅲ期	1回目	平成27年 12月9日(水)	午後2時～午後4時30分	

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 単位申請中

※原則4回受講ですが個別でも受講可

(8月12日)

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=611>

(9月9日)

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=616>

(10月14日)

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=624>

(11月11日)

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=630>

(12月9日)

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=635>

【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 II-①～④

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、一次予防としての機能をもつ「傾聴スキル」を実践的に学ぶ～

日 時 II期 1回目 平成27年 9月25日（金）午後2時～午後4時30分
2回目 平成27年 10月23日（金）午後2時～午後4時30分
3回目 平成27年 11月27日（金）午後2時～午後4時30分
4回目 平成27年 12月25日（金）午後2時～午後4時30分

講 師 中村 幸枝（産業保健相談員・エヌ心理研究所所長 産業カウンセラー）

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 単位申請中
※原則4回受講ですが個別でも受講可

（9月25日）

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=620>

（10月23日）

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=626>

（11月27日）

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=633>

（12月25日）

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=637>

【1-E】産業保健スタッフ研修

★「職場における救急処置」

内 容 事業場等における事故防止、手当の基本、AED（自動体外式除細動器）を用いた除細動、止血の仕方や三角巾の使い方、骨折の場合の固定方法等について学んでいただきます。
※実技指導があります。

日 時 平成27年8月4日（火）午後2時～午後4時

講 師 日本赤十字社 山梨県支部

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 申請中

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=608>

★「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、結果のとりあつかいについてどのような規則があるのか等基本的な解説をします。

日 時 平成27年8月7日（金）午後2時～午後4時

山梨メールマガジン第80号
講師 金子 誉 (産業保健相談員・(財)山梨厚生会 山梨厚生病院・
予防医学センター所長)
会場 山梨産業保健総合支援センター 研修室
認定単位 認定産業医研修 申請中

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=609>

★「介護予防の入り口は生活習慣病対策から」
内容 介護予防により健康で自立した老後を過ごすためには、中年期からの生活習慣のみならず、一日の時間をどのように使うのか？その生活行動の見直し
しが鍵を担っていることをエビデンスをもとに説明します。
日時 平成27年9月14日(月)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 申請中

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=618>

【1-F】ストレスチェックと面接指導研修

内容 ストレスチェック及び面接指導の実施方法と留意点や保健指導・健康相談の体制整備等について学んでいただきます。(マニュアルの解説)

★日時 平成27年 8月25日(火)午後2時～午後4時
講師 刑部 利雄 (産業保健相談員・産業医)
会場 富士吉田市民会館 会議室(富士吉田市緑が丘2丁目5-23)
定員 100名
認定単位 認定産業医研修 申請中

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=613>

★日時 平成27年 9月11日(金)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
定員 30名
認定単位 認定産業医研修 申請中

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=617>

★日時 平成27年10月1日(木)午後2時～午後4時
講師 大芝 玄 (産業保健相談員・産業医)
会場 甲府市総合市民会館 大会議室(甲府市青沼3-5-44)
定員 100名
認定単位 認定産業医研修 申請中

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=622>

★日時 平成27年11月25日(水)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 中富総合会館(南巨摩郡身延町切石360)

山梨メールマガジン第80号

定員 50名
認定単位 認定産業医研修 申請中

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=632>

★日時 平成28年1月8日(金)午後2時～午後4時
講師 長田 暢子 (産業保健相談員・産業カウンセラー)
会場 甲州市民文化会館(甲州市塩山上塩後240番地)
定員 50名
認定単位 認定産業医研修 申請予定

※お申込みは、FAXでお願いします。

★日時 平成28年2月16日(火)午後2時～午後4時
講師 塚原 正明 (産業保健相談員・特定社会保険労務士)
会場 山梨産業保健総合支援センター 研修室
定員 30名
認定単位 認定産業医研修 申請予定

※お申込みは、FAXでお願いします。

【2】産業保健トピックス

■平成27年度「全国労働衛生週間」の実施要項が発表されました。
～スローガンは「職場発! 心と体の健康チェック はじまる 広がる 健康職場」～
<http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/0000091153.html>

■業務上疾病発生状況等調査(平成26年)が発表されました。
<http://www.haisin.mhlw.go.jp/mhlw/C/?c=212351>

■化学物質管理に関する相談窓口が開設されました。(専門家派遣も行われます)
<http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000046255.html>

■規格不適合の業務用防毒マスク用吸収缶の流通が判明～製造者が防毒マスク用吸収缶の回収・交換を行っています～
<http://www.haisin.mhlw.go.jp/mhlw/C/?c=212515>

■「粉じん障害防止規則及びじん肺法施行規則の一部を改正する省令案要綱」の諮問と答申
<http://www.haisin.mhlw.go.jp/mhlw/C/?c=212441>

■ストレスチェック制度関係の情報のある厚生労働省ホームページ
http://www.mhlw.go.jp/bunya/roudouki_jun/anzeneisei12/
【新着】看護師・精神保健福祉士に対する研修(実施者になるために必要な研修※)
http://www.mhlw.go.jp/bunya/roudouki_jun/anzeneisei12/pdf/150601-1.pdf

【3】～1次予防重視の健康管理～

山梨産業保健総合支援センター 副所長 助松 行夫

山梨メールマガジン第80号

今年度の重点研修の「ストレスチェックと面接指導」は、各事業場のメンタルヘルス対策の中の1次予防対策として位置づけられ、ストレスチェック指針の中で「労働者自身のストレスへの気付き及び対処の支援並びに職場環境の改善」と記述されています。

身体健康診断についてはどうでしょうか。

昭和63年に策定された「事業場における労働者の健康保持増進のための指針(63.9.1)」などで、「従来の健診中心の第2次予防に留まらず、健康者対象の第1次予防重視。」「企業の健康管理も健康測定を中心とした第1次予防、健康診断を中心とした第2次予防、高齢者や身体障害者の社会適応を考える第3次予防が平成時代の健康管理の基本となる。(現代労働衛生ハンドブック、25.3健康管理(追補))」と「労働者に対する健康測定、運動指導、メンタルヘルスケア、栄養指導、保健指導等の健康保持増進措置」を行うとされ、その後、平成8年に健康診断結果に基づき就業上の措置を義務付け対策を強化しています。

1次予防の健康保持増進対策「心身両面にわたる職場づくり(THP;トータル・ヘルスプロモーション・プラン)」は、もっともな考えで個人的にも「有所見が出る前の体力のある年代から生活改善したかった」と思います。

THPは良い考えでしたが、なぜか下火にさせられました(内容は上記の「ストレスチェック制度関係の情報のある厚生労働省ホームページ<http://www.mhlw.go.jp/bunya/roudouki jun/anzeneisei12/>の下の方にあります)。

今は、2次予防に位置づけられる定期健康診断の結果から、栄養指導、保健指導等の健康保持増進措置につながられています。

当センターでは、この健康診断結果の活用を図っていただくため、8月7日に研修「産業保健スタッフのための定期健康診断の実際」を設定しました。

講師は、6月25日の研修「模擬安全衛生委員会」で産業医役で出演いただいた金子誉先生です。

ふるってご参加いただくようお願いいたします。

【4】図書・研修用機器の貸出について

★新刊図書を追加しました。

産業中毒、職業性疾病

【03-0141】新しい腰痛対策Q & A21 非特異的腰痛のニューコンセプトと職域での予防法

【03-0142】振動障害の業務上認定の考え方と問題点

産業心理学

【07-0156】リスクマネジメントとしてのメンタルヘルス対策 一現場における問題解決のポイント

詳細・貸出しについては下記を参照してください。

<http://www.sanpo19.jp/modules/whatsnew/index.php?page=article&storyid=339>

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。

所蔵リスト・検索等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.sanpo19.jp/modules/rental/index.php?content_id=1

※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。

【5】編集後記

平成26年の業務上疾病発生状況が発表されました（産業保健トピックスに厚労省HPの該当アドレスがあります）。
いつもながら、災害性腰痛が圧倒的多数となっていました（61.8%）。
「職場における腰痛予防対策指針」は平成25年6月に19年ぶりに改訂されています。
当センターでは8月20日に研修を設定しました。
ふるってご参加いただくようお願いいたします。（助松行夫）

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@sanpo19.jp

【発行】独立行政法人 労働者健康福祉機構
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@sanpo19.jp 【URL】http://www.sanpo19.jp/
