

目次

- 【1】 研修会・セミナーのお知らせ
- 【2】 産業保健トピックス
- 【3】 やまなし産保お知らせ版
- 【4】 産業保健相談員の窓
- 【5】 図書・研修用機器の貸出について
- 【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・セミナーのお知らせ

- ◇当支援センターの平成28年3月までの研修は次のとおりです。
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。なお、受講は無料です。

※認定産業医の単位が確定しましたのでご確認ください。

【1-A】 一般研修

☆「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 生涯・専門3単位

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

☆「がんと就労支援に関するセミナー」

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。

日時 平成28年1月27日(水) 午後2時～午後4時

講師 秀村 晃生(関東労災病院第三外科部長兼両立支援部長)

会場 ぴゅあ総合 大研修室

認定単位 認定産業医研修 生涯・専門3単位

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=641>

- ☆「メンタル障害者と治療の実際～症例を通して～」
内 容 メンタル障害に対する正確な知識と具体的な事例を通じ、職場におけるメンタルヘルスケアの重要性等について解説します。援助者等ができるだけ実際の業務に応用できる内容となっています。
日 時 平成28年2月2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 生涯・実地3単位

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=643>

【1-B】衛生管理者レベルアップ研修154～158

- ★「口の健康と全身の健康との関連性について」154
内 容 口の健康が循環器疾患(心筋梗塞や脳梗塞等)や糖尿病をはじめとする生活習慣病、認知症、その他の疾患と深く関わっていることが、明らかになってきました。歯科治療(むし歯や歯周病)の必要性や口腔ケアの方法などについて紹介し、歯・口の健康を維持することが身体の健康維持にとって重要であることを解説します。
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 生涯・専門3単位

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

- ★「過重労働による健康障害防止対策」155
内 容 長時間にわたる過重な労働は、疲労の蓄積をもたらす最も重要な要因と考えられ、さらには、脳・心臓疾患の発症との関連性が強いという医学的知見が得られています。ついては、過重労働による健康障害防止策について学んでいただきます。
日 時 平成28年1月20日(水)午後2時～午後4時
講 師 篠原 敦(山梨労働局 監督課 主任労働基準観察監督官)
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 生涯・更新3単位

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=640>

- ★「安全衛生委員会の進め方(事例検討を含む)」156
内 容 安全衛生管理者は選任されたけれど、安全衛生委員会で何をしたらいいかわからない。毎月の委員会のテーマが見つからない、委員会が活性化しないなどという悩みを解決すべく、安全衛生委員会の進め方について解説します。
日 時 平成28年2月19日(金)午後2時～午後4時
講 師 森 博幸(産業保健相談員・森労働衛生コンサルタント事務所 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 生涯・専門3単位

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=646>

- ★「化学物質のリスクアセスメント研修」157

山梨メールマガジン第84号

- ①改正労働安全衛生法「化学物質のリスクアセスメント」について
②リスクアセスメント手法について
- 内 容 労働安全衛生法の改正により化学物質についてのリスクアセスメントの実施が義務化され、平成28年6月までに施行されますが、化学物質のリスクアセスメントの実施方法等について説明します。
- 日 時 平成28年2月25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望月 明彦 (産業保健相談員・山梨厚生病院・予防医学センター 副所長)
- 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 生涯・更新3単位

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=647>

- ★「衛生管理者としての心構え(安全衛生委員会・産業医・法解釈等)」158
- 内 容 衛生管理者としての心構え、そしてその職務内容を確実に身に付けていただくことを目的に開設します。
- 日 時 平成28年3月1日(火)午後2時～午後4時
- 講 師 森 博幸 (産業保健相談員・森労働衛生コンサルタント事務所 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 生涯・専門3単位

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=648>

【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Ⅲ-①②③④

- 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 Ⅲ期 1回目 平成27年 12月 9日(水) 午後2時～午後4時30分
2回目 平成28年 1月13日(水) 午後2時～午後4時30分
3回目 平成28年 2月10日(水) 午後2時～午後4時30分
4回目 平成28年 3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 生涯・実地3単位
- ※原則4回受講ですが個別でも受講可

(12月9日)

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

(1月13日)

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=639>

(2月10日)

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=644>

(3月9日)

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=649>

【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-③④

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 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 生涯・専門3単位
※原則4回受講ですが個別でも受講可

（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

★

【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 生涯・更新3単位

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=638>

★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 生涯・更新3単位

<http://www.sanpo19.jp/modules/seminar/index.php?page=article&storyid=645>

【2】産業保健トピックス

■ストレスチェック制度関係の情報（厚生労働省ホームページ）

<http://www.mhlw.go.jp/bunya/roudoukijun/anzeneisei12/>

【新着】

■事業者向けに「厚生労働省版ストレスチェック実施プログラム」の配布を開始

<http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/0000104425.html>

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/roudoukijun/anzeneisei12/pdf/150601-1.pdf>

■1, 2-ジクロロプロパンの健康管理手帳の交付要件が変わりました

<http://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/anzen/dl/151027-1.pdf>

■特定化学物質健康診断結果報告書様式が変わりました（コードの追加）

（256）ナフタレン、（257）リフラクトリーセラミックファイバー

<http://www.haisin.mhlw.go.jp/mhlw/C/?c=215965>

■過労死等防止対策の情報（厚生労働省ホームページ）

<http://www.haisin.mhlw.go.jp/mhlw/C/?c=215595>

■平成26年度山梨県喫煙対策実施状況調査結果（職場における喫煙対策実施状況調査）が公表されました

<http://www.pref.yamanashi.jp/kenko-zsn/documents/26kitsuentaisakujisshichousa.pdf>

■リーフレット「産業医を選任していますか？代表者が産業医を兼務していませんか？」

<http://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-11200000-Roudoukijunkyouku/0000103948.pdf>

■平成28年4月1日から「障害者差別解消法」が施行されます

厚生労働省における障害を理由とする差別の解消の推進として各事業者向けガイドラインが公表されました

<http://www.haisin.mhlw.go.jp/mhlw/C/?c=215897>

【3】やまなし産保お知らせ版

日頃より、当メールマガジンをご愛読いただき誠にありがとうございます。
当支援センターでは、産業保健に関する新着情報、トピックスの紹介、各種研修会のご案内など産業保健に関する最新情報を幅広くお伝えしております。職員一同、力を合わせてご利用していただく産業保健関係の皆様方のニーズに十分お答えできる質の高いサービスを提供できるよう心がけておりますので引き続きご支援を賜りますようお願い申し上げます。

メルマガ申込はこちら

<http://www.sanpo19.jp/modules/inquiry/index.php?op=2>



●この冬のインフルエンザの流行に備えましょう！

インフルエンザの感染力は非常に強く、日本では毎年約1千万人、約10人に1人が感染しています。インフルエンザは流行性があり、いったん流行が始まると短期間に多くの人への感染が広がります。

インフルエンザ対策に取り組み適切な対応に心がけてください。

<平成27年度 今冬のインフルエンザ総合対策について>

<http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/influenza/index.html>

【4】産業保健相談員の窓

自殺を考える(3)

「地方と都会の経済格差・雇用格差が背景に」

産業保健相談員 小田切 陽一(山梨県立大学)

ここまで2回の“自殺を考える”の連載※の中で、わが国では、近年の自殺率が低減傾向にあるにもかかわらず、その裏側で、自殺者の低年齢化が進んでいること、またそのことにより日本社会から失われてゆく“寿命量”は増大していることを紹介しました。人口減少社会に入り、国力を支えることへの懸念から少子化対策が力説されていますが、一方で、前途ある若者が自殺によって自らの生命を絶つ異常事態に対策をうつことも、損失寿命の低減という観点からは重要なことといえます。65歳以下の年齢層では、自殺によって失われる寿命量は、もはや“がん”のそれをも抜き去り、自殺は唯一の改善されない“主要死因”です。今回は、いまこうした自殺の若年化傾向がどうして強まっているのか？その背景要因を探ってみることにしました。

自殺によって失われる命の量を“自殺による損失寿命”といいます。都道府県別に損失寿命を算出してみると、早死傾向が強い地域とそうでない地域が識別されます。バブル経済が破綻した直後の1993年から、さらには消費税増税、アジア通貨危機、国内主要金融機関の破綻などが相次いでおこり、それを契機に自殺者が急増し、3万人を超えた1998年、そして幾分か自殺者数の減少はみられるものの、いまなお高い自殺率を記録している近年に至るまでの期間について、自殺による損失寿命の年次推移を都道府県ごとに観察してみました。

結果、大変興味深いことに気づきます。東京や大阪、神奈川といった大都市圏を抱える都道府県と、一方で島根、鳥取、青森などに代表される地方の都道府県とでは異なる推移を示してきたことが明らかになりました。その特徴について簡単に述べると、バブル経済の好景気の恩恵をさほども受けることなかった“地方”では、1998年に全国の自殺者数が急増する以前から、じわじわと自殺による損失寿命は増え続けていたことに気づきました。また自殺急増期を迎えてからも、大都市圏ではITバブルの景気回復から自殺率の改善、損失寿命の低下がみられたにもかかわらず、それとは無縁であった“地方”では自殺率の改善はみられず、損失寿命は増え続けていきました。バブル経済崩壊のインパクトも小さかった“田舎型”の都道府県では、そもそも景気が低迷していた中で、若者の雇用機会も確保されないままに推移してきたがゆえに、都会と比べて若者の自殺が多く、結果として損失寿命を増大させてきたといえます。若者の雇用の受け皿となるだけの基幹となる産業が地方では失われていたことが背景にあったと推察できます。今も山梨をはじめ、地方では、若者の都会への流出が止まりませんが、“地方創生”たる手を打つべきタイミングは、約20年前に既にあったといえます。

一方、東京や大阪などの大都市では、若者にとって、探せば何らかの職がある環境の一方、景気やそれにもなう雇用の変動による影響を受けやすい特徴も持ち合わせています。バブル経済の崩壊に期を合わせて、高校や大学卒業者の就職率は低迷し、長い就職氷河期が訪れます。この時代に、高校や大学を卒業して、社会にその第一歩を踏み出すとされた世代の自殺リスクが、他の世代と比べて高いことはこれまでも述べてきたことですが、バブル経済崩壊から、その後約10年間の就職低迷期の世代を朝日新聞の取材班が「ロスジェネレーション」と名づけたのは有名な話です。このロスジェネ世代の特徴は、生涯にわたり不安定な雇用が宿命づけられた世代とも考えられ、完全失業率の高まりや、非正規雇用割合の増大、そして派遣村での年越しを象徴する世代でもあります。このような不安定な雇用環境に不幸にして偶然に生まれ合わせて“遭遇”した若年世代の自殺がいまの損失寿命の高さの背後にあります。世代分析をしてみると完全失業のリスクや非正規雇用のリスクが高い世代が自殺のハイリスク世代とぴたりと重なり合うのです。さらには、これらの経済要因の不安定さは、婚姻動向とも関連しており、未婚化や少子化の背景になっていることをデータは示しています。

自殺対策のひとつの重要な視点は“世代格差の是正”です。そのためにも、地方で雇

用を創出し、若者が安定して地域の発展に寄与できる社会創りをしなければなりません。自らがチャレンジし、新しい日本の地方を創り上げる若者が山梨からも育つことを願うばかりです。

※当センターHP「産業保健相談員の部屋」に掲載

<http://www.sanpo19.jp/modules/adviserroom/index.php?cid=6>

【5】図書・研修用機器の貸出について

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。

【6】新着図書のご案内

●最近の新着図書

全般

【01-0432】産業医の職務Q & A 第10版

【01-0433】産業看護マネジメント～経営学的視点による産業看護活動～

【01-0434】医療機関における産業保健活動ハンドブック

新規登録、貸出はこちらから

http://www.sanpo19.jp/modules/rental/index.php?content_id=1

【7】ご相談・ご質問コーナー

当支援センターでは、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対応し、解決方法等を助言させていただきます。ご利用は無料ですので、どうぞお気軽にご利用ください。

お問合せ・相談申込窓口

<http://www.sanpo19.jp/modules/inquiry/index.php?op=0>



☆☆寄せられた質問から☆☆

山梨労働基準協会と共催で行いました「睡眠呼吸障害（睡眠時無呼吸症候群）」の講演（講師：谷川 武 先生（順天堂大学大学院医学研究科 教授））での質問と回答です。

睡眠呼吸障害とは・・・

睡眠中の呼吸停止や低換気などの呼吸に関する異常な病態で、睡眠中の呼吸回復のつど睡眠が分断されて睡眠の質が低下、結果として、日中の強い眠気や集中力の低下、起床時の倦怠感等の症状を引き起こし、生活の質の低下、循環器疾患や耐糖能異常等のリスク、交通事故や労働災害のリスクが高まります。

【質問】睡眠時無呼吸症候群は、一生治らないのでしょうか？

【回答】肥満が主な原因の場合は減量で改善します。これまでも5～10kgの減量で著明な改善を認めることも多くの例で認められます。しかしながら顔面骨格上の問題（下顎が小さい、後退している）が主な要因の場合は減量のみでは改善は難しいと思われます。

【8】編集後記

やっと「厚生労働省版ストレスチェック実施プログラム」が公表されました。

<http://stresscheck.mhlw.go.jp/>

プログラムが大きくダウンロードする方々も多いと予想されていますので、空いていそうな時間帯を狙ってのゲットをお勧めします。

11月前半にセンター内で風邪がはやり、私も感染してしまいました。

思えば、去年は御用納めの日にインフルエンザに感染し、正月はずっと寝ていました。

これからは、インフルエンザの季節、皆様方も対策を講じ、ご自愛いただきます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/>
