

回					衛生等担当者
覧					

岩手の産業保健情報誌

パートナーズ



続石〔遠野市〕

記事

- 北海道、青森、岩手、宮城、秋田、山形産業保健推進センター共同調査研究
産業医のメンタルヘルスとの関わりを中心とした調査研究（概要）
- 労働衛生工学講座 — 衛生管理者特集 —
- 健康管理講座 — 人間関係・コミュニケーションについて —
- 第13回多文化間精神医学ワークショップと
「東北6県産業保健推進センター合同 海外赴任者健康管理研修会」のご案内
- 平成19年度研修会開催予定のお知らせ

vol. **35**
2007.7



独立行政法人労働者健康福祉機構
岩手産業保健推進センター

目次

- 北海道、青森、岩手、宮城、秋田、山形産業保健推進センター共同調査研究
産業医のメンタルヘルスとの関わりを中心とした調査研究(概要) …… 1

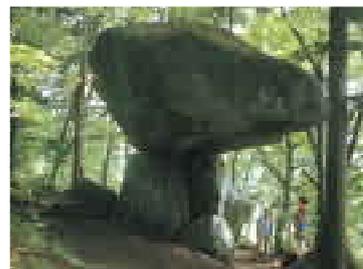
- 労働衛生工学講座―衛生管理者特集第3回
衛生管理者の職務
労働衛生工学担当相談員 関向和明 …… 6

- 健康管理講座
職場のメンタルヘルス：人間関係・コミュニケーションについて その10
カウンセリング担当相談員 今松明子 …… 8

第13回多文化間精神医学ワークショップと
「東北6県産業保健推進センター合同 海外赴任者健康管理研修会」のご案内 …… 10

平成19年度研修会開催予定のお知らせ …… 12

「地域産業保健センターを活用しましょう」



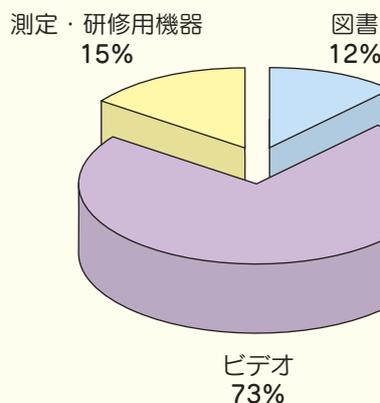
■表紙の写真…つづき(遠野市)

遠野市綾織町上綾織、鳥居をくぐり山の小道を15分ほど登ると、自然石の上に巨石が乗る不思議な石。武蔵坊弁慶が台石の上に置いたという説、原始巨石文化ドルメンの遺跡説など諸説あるが、真相は不明。
幅5m、高さ2m、長さ7mの巨石がたった1本の支柱の上に乗っかっている不思議な遺構です。

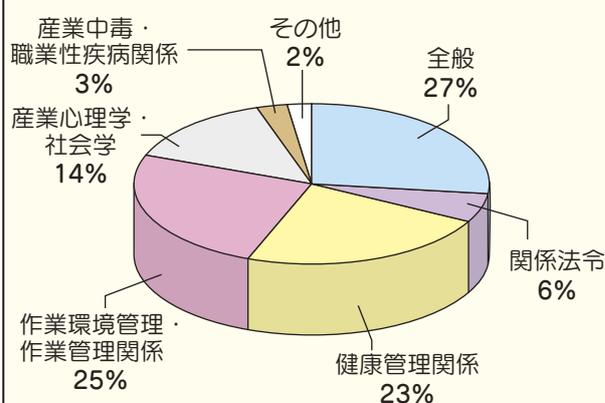
トピックス

平成18年度情報の提供事業

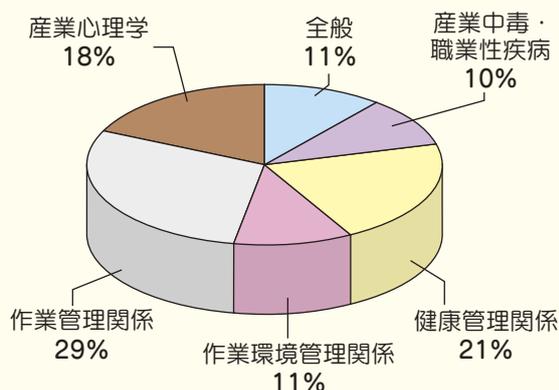
図書等貸出状況



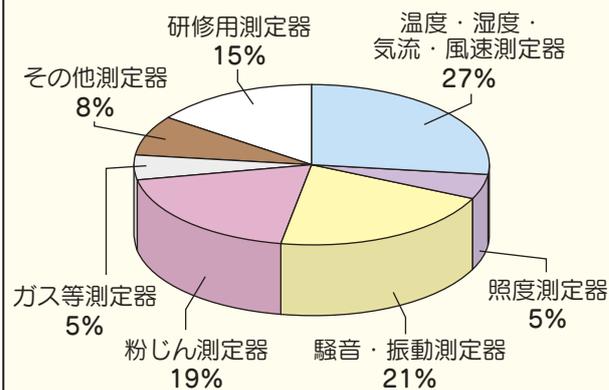
図書分類別貸出状況



ビデオ分類別貸出状況



測定機器等貸出状況



産業医の メンタルヘルスとの 関わりを中心とした 調査研究(概要)

北海道、青森、岩手、宮城、秋田、山形
産業保健推進センター共同調査研究

North-Japan Occupational Health Promotion Center
Collaboration Study for Mental Health (NOCS-MH)

調査研究の目的

産業保健の諸課題の中で特に「心の健康づくり」については、現場において産業医をはじめ担当者の多くがその取り組みに困難さを感じている。これまで各産業保健推進センターでは、メンタルヘルスに関する調査研究をそれぞれ独自に行ってきたが、今後活かす方策を提案するため広域的に調査研究を行う必要性で意見が一致し、共同調査研究を計画した。特に北日本の一部地域で自殺死亡率が高いことも考慮された。

調査対象と方法

対象地域は、北海道、青森県、岩手県、宮城県、秋田県、山形県とした。対象者は、①産業医、②事業場（記入者は主に人事労務担当者）、③従業員とした。対象者の抽出は、産業医については各産業保健推進センターが保有する名簿掲載の全員、事業場については各センター保有の事業場名簿により各センター所管地域から200所以上の回答が得られるように抽出率を勘案して系統無作為抽出法で選び出した。事業場調査票の質問で従業員のメンタルヘルス調査を希望する場合は申し入れてもらう方式で従業員調査票を配布した。ただし、従業員調査希望の事業場が予想より多かつたため、従業員の多いところは一部の職場に限定してもらった。各調査票は無記名式で郵送により回答を求めた。

調査期間

産業医と事業場の調査は、平成18年10月から12月に行い、従業員調査は平成19年1月から2月に行った。

調査票の回収

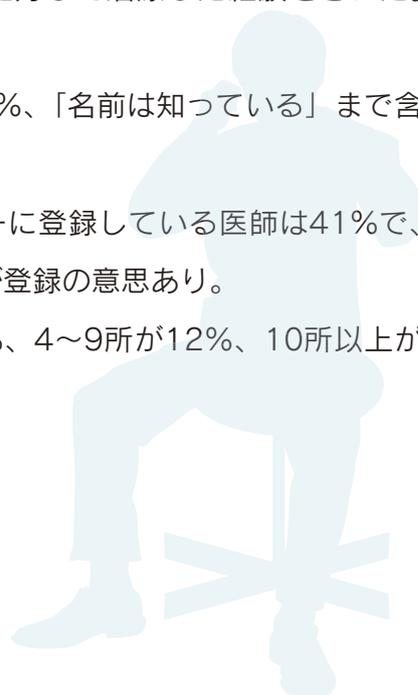
各調査票の配布数と回収数および回収率は表1のとおりである。

表1 各調査票の回収率

	発送数	返送数	回収率
産業医調査票	5,726	1,909	33.3%
事業場調査票	4,247	1,715	40.4%
従業員調査票	10,115 84所	9,151	90.5%

産業医調査の主な結果

1. **地域差** 回収された産業医調査票の数は、県別の医師の割合と比較して差はない。
2. **担当事業場の有無** 回答した医師の38%は、現在担当事業場をもっていなかった。以下の集計では担当事業場をもっている医師1173人に限った。なお、担当していない医師は、50歳未満の若年者が多く、また勤務医が多かった。
3. **性別・年齢別** 男84%、女16%で、年齢別では60歳以上が47%であった。
4. **専門科目** 内科59%、外科18%、精神・神経科5%、心療内科2%で全国の医師の科目別と比較して内科が多い。
5. **勤務形態** 開業医55%、勤務医38%、専任産業医3%
6. **うつ病治療経験** うつ病やうつ状態に対し向精神薬を処方して治療した経験をきいた。産業医の73%が経験あり。
7. **産業保健推進センターの周知度** 「よく知っている」38%、「名前は知っている」まで含めると94%の周知度である。
8. **地域産業保健センターとの関係** 地域産業保健センターに登録している医師は41%で、今後の登録について、現在登録していないもののうち45%が登録の意思あり。
9. **担当事業場数** 1所が38%、2所が28%、3所が20%、4～9所が12%、10所以上が2%



10. **産業医経験年数** 5年未満が24%、5～9年が23%、10～19年が31%、20年以上が18%
11. **共同産業医選任事業契約** 契約している産業医が7%
12. **産業医としての活動時間（1か月）** 1時間未満3%、1～2時間24%、2～5時間37%、5～10時間15%、10時間以上12%
13. **メンタルヘルス相談の経験** 経験あるものは49%であった。その相談件数は、年間1件以下が32%、2～4件が40%、5件以上が16%であった。その内容は、「専門医への紹介」が43%、「本人の職場復帰」が49%、「職場における今後の対策を検討するために」が66%であった。その問題状況は、「うつ病または抑うつ状態」が84%で、「自殺または自殺未遂について」は3%との回答であった。これらの対応に困難を覚えた事例があったと答えたものが52%、その困難内容では「復職」が55%、「職場関係」が54%であった。
14. **心の健康問題としての意見** 「普段からの精神科医との連携は重要である」（賛成88%）としながらも、「実際の連携は難しい」（64%）と答えている。また、「復職の判定には産業医が必ず関わるべきである」（賛成77%）としながらも、「精神科医は産業保健の現場をもっとよく理解すべきである」（76%）と答えている。また、事業場に対しては、「企業内のメンタルヘルス対策は不十分である」（賛成67%）と答え、「事業主の考えが最重要である」（82%）としている。しかし、「心の健康問題に対して企業は冷淡か」という問には賛否相半ばしている。

■ 事業場調査の主な結果

1. **各県からの有効回答数** 北海道386、青森260、岩手253、宮城252、秋田254、山形290と当初予定の200所をすべて超えていた。
2. **業種** 製造業30%、医療福祉12%、卸・小売12%、運輸・交通10%、建設9%、飲食・接待4%、金融・広告3%、教育・研究2%、通信・報道1%、その他16%とほぼ満遍なく各業界が含まれている。
3. **従業員数の規模** 50人未満が12%、50～99人が32%、100～199人が29%、200～299人が9%、300～499人が6%、500～999人が5%、1000人以上が1.5%であった。
4. **心の健康問題で現在休職休業中の正職員** 「いる」と回答した事業場は12%であり、休職者数から有病率を求めると正職員千人あたり1.9であった。約500人に1人の割合となる。
5. **最近3年間で心の健康問題で1か月以上仕事を休んだものの増減** 「増えた」が14%、「変わらない」が62%、「減った」が5%、無記入が19%

6. **最近3年間で心の健康問題で退職したもの** 「いた」と回答した事業場が20%
7. **従業員の心の健康問題での困難な事態** 「困難な事態となったことがある」が19%、「ほとんどなかった」が35%、「心の健康問題を生じた従業員はいない」が43%であった。困難事態が生じた問題では、「うつ病またはよくうつ状態」が89%、「統合失調症」が10%、「アルコール依存症」が3%、「その他の精神的疾患」が10%、「自殺・自傷」が6%と回答している。
8. **心の健康づくりとしての対策** 休職者がいるかいないかで大きく異なっている。「相談窓口の設置」は、全体では34%であるが、休職者がいるところでは56%、「管理・監督者への心の健康づくり関係の教育・研修」では、全体では35%、休職者がいるところでは53%であった。「心の健康づくり実施計画を策定している」ところは、全体でわずか8%であった。
9. **産業医の心の健康問題への関わり** 「普段から関わっている」が15%、「問題が生じた場合」が51%、「関わりが難しい」が8%、「わからない」が23%
10. **調査票回答者の個人意見** 調査票記入者の63%は人事労務担当者、27%が衛生管理者である。個人的な意見をきいた。「心の健康問題に職場はよく取り組んでいるか」という問いに64%が「違う」と答えている。同様に半数以上が「違う」と答えた項目は、「心の健康問題では上司に相談しやすい」、「従業員のストレスは少ないほうだ」、「仕事の負担は小さいほうだ」、「給与や昇進が年功序列型である」、「当企業の将来は明るい」、などで問題が多く残っていることが示された。



■ 従業員調査の主な結果

1. **従業員調査票への参加** 事業場調査で従業員の心の健康に関する職場診断を希望するかをきいた。252所が一応希望したが、プライバシー厳守や希望人数の制限などで交渉の結果、84所が従業員調査に参加した。参加した業種に製造業と医療・福祉業がやや多く、休職者や困難事例の経験などがやや多いが、希望した事業場と最終的に参加した事業場間では事業場調査票の各項目で差がほとんど認められなかった。
2. **性別・年齢別** 有効回答の9079人のうち男性は57%、女性は41%、性別無記入が2%であった。年齢では20歳未満が1%、20歳代が18%、30歳代が27%、40歳代が26%、50歳代が23%、60歳以上が3%、無記入が2%であった。

3. **地域差** 各種の項目で県民性によるものと考えられる相違が見られたが、ことさら取り上げるほど大きな差ではない。特に性別・年齢別、業種・職種別、正職員・パートアルバイト別で県により相違があるので単純な解釈は避けるべきであろう。
4. **うつ症状の疫学調査** 米国国立精神保健研究所によるCES-Dを使用した。問題ありとする16点以上の者は、男性の42%、女性の45%であった。重症と考えられる26点以上は、男性の13%、女性の15%であった。いずれも、これまで行われたCES-D調査に比べ率が高くなっている。
5. **うつ症状に関連する項目** うつ症状の高得点者では健康、仕事、職場、家庭のすべてで満足度の度合いが低い。人間関係でもすべての項目で問題がある。仕事に関係する項目でも問題が多い。特に低得点者と比べ大きな差があった項目は、表2のとおりである。
6. **自殺念慮** 「気分が落ち込んで自殺について考えることがあるか」という問に対し1.3%の者が、「たいていそうだった」と答えている。「時々あった」まで含めると3.8%になる。CES-Dが16点未満で自殺念慮なしの者に比べ、CES-Dで26点以上の者は、自殺について考えることが「たいていそうだった」とする者が209倍（オッズ比）という高さになる。このことからCES-Dは自殺予防のスクリーニング法としてきわめて有効と考えられる。

表2 仕事内容の項目における「うつ症状」重症化のオッズ比

項 目		オッズ比
次の日まで疲れが残る	そうだ/違う	8.7
仕事の方針や目標ははっきりしている	違う/そうだ	6.2
職場の人間関係はよい	違う/そうだ	12.9
やりがいのある仕事だ	違う/そうだ	7.4
努力に見合った評価である	違う/そうだ	5.4
仕事と仕事以外を両立させている	違う/そうだ	26.9
現在の仕事は自分に適している	違う/そうだ	15.8
現在の勤めをやめたい	そうだ/違う	7.4



注：オッズ比は、各項目で望ましい回答に対し望ましくない回答を選んだ者について「うつ症状」の重い者が軽い者に対し何倍になるかを示している。例えば、「仕事と仕事以外の生活を両立できない」者は、できている者に対し、「うつ症状」重症者が26.9倍も多いことを示している。

共同調査研究者

三宅浩次、西基、山村晃太郎、後藤啓一、小林幸太（北海道）、中路重之、渡邊直樹、大山博史（青森）、鈴木満、立身政信、中屋重直、小野田敏行、大澤正樹（岩手）、安田恒人、三塚浩三、佐藤祥子（宮城）、齊藤征司、伏見雅人、本橋豊、清水徹男、関雅幸（秋田）、須藤俊亮、東谷慶昭、堀野隆弘（山形）

（文責：三宅）



衛生管理者の職務

労働衛生工学担当相談員 せき むかい かず あき
 (財)岩手県予防医学協会 課長 **関 向 和 明**

4. 作業環境調査

衛生管理者は職場の作業環境について衛生上の調査を行うことになっています。有害要因や不衛生な状態を調査し、働く人々の作業環境管理のために重要な職務です。

有害物質や有害エネルギーの濃度等の測定、作業環境測定結果についての確認、作業環境の実態把握、有害物質使用状況確認などの調査が主な職務です。

4-1 有害物質等の濃度又は物理量の測定

労働安全衛生法による作業環境測定対象作業場のうち、指定作業場は作業環境測定士に行わせる必要がありますが、次表の作業場は衛生管理者でも測定が可能となります。

上記のほか、屋内及び屋外における熱中症予防対策のためのWBGT（高温環境評価のための指標）測定、喫煙対策のための粉じん濃度測定および気流測定なども産業衛生上の調査にあたります。

作業環境測定を行うべき作業場	測定の種類
暑熱寒冷、多湿の屋内作業場	気温、湿度、ふく射熱
著しい騒音を発する屋内作業場	等価騒音レベル
坑内の作業場	炭酸ガス濃度、気温、通気量
中央管理方式の空気調和設備を設けている事務所	一酸化炭素、二酸化炭素の含有率、室温、湿度、外気温
室の建築、大規模な修繕等を行ったときの事務所	ホルムアルデヒドの濃度
酸素欠乏や硫化水素が発生する可能性のある作業場	空気中の酸素濃度、硫化水素濃度

4-2 設備基準等の確認のための測定

設備の性能要件を満たしているかどうか確認します。

- ・局所排気装置の性能基準の確認(抑制濃度測定など)
- ・空調設備の性能基準を確認するための測定(粉じん濃度、炭酸ガス濃度、一酸化炭素濃度測定など)

4-3 個人ばく露濃度測定(作業管理)

作業管理として化学物質等によるばく露の程度を評価する測定で、作業時間の管理、作業方法の改善のために実施します(器具:フィルムバッヂ、個人ばく露用サンプラーなど)。

4-4 作業環境測定結果に基づく作業環境の実態把握

作業環境測定士に行わせた作業環境測定の結果について、測定時の状況や指摘事項及び改善事項を現場に向いて自ら調査し、改善を指示します。すぐに改善できない場合の重要な基礎資料になりますので、必ず実施します。

把握すべき事項:測定を実施した場所、有害物質

または有害エネルギーの種類、濃度等が高い場所、有害要因発生設備の稼働状況、局所排気装置等の使用状況および性能、濃度等を高くする要因となる作業

4-5 化学物質の使用状況調査

職場で使用する化学物質について、物質名、含有率、使用量、使用目的などを調査します。使用中止時や新たに使用を開始した場合には当該部署から連絡してもらえるようなシステムをつくっておく必要があります。化学物質の有害性、安全性、物理化学的性質等を記載したMSDS(化学物質等安全データシート)を活用することがポイントです。

作業環境調査は有害要因の測定だけでなく、腰痛の原因となるような作業姿勢の把握、VDT作業環境を取り巻くワークステーション(モニターの角度やモニターと作業者の距離、机や椅子の高さなど)など広く捉え、職場巡視と同時に実施するなど計画的に行うことが必要です。



職場のメンタルヘルス

人間関係・コミュニケーションについて その10

いま まつ あき こ
カウンセリング担当相談員 今松明子



人間関係の希薄化という言葉を目にするようになって久しくなりました。接する機会や共有する時間を極力避けたいという心理はお互いの意思や感情、あるいは情報などの伝え合い等、人間関係をつくる手段であるコミュニケーションがうまく機能していないことが原因の一つであると思います。つまり、人間関係の問題はコミュニケーションの問題とイコールであることができるでしょう。

近年、コミュニケーションスタイルが急激に変化し多様化しています。それまでのFtF (Face to Face) や、手紙、電話でのコミュニケーションに加えて、携帯メールやコンピュータを介したコミュニケーションCMC (Computer Mediated Communication) など自分の好きな時に好きな方法ですることが可能になりました。主たるコミュニケーション手段がCMCになっている人はいないと言えない時代になりました。このようなコミュニケーションの多様化、あるいは変化は今後、人間関係にどのように影響をしていくのでしょうか。

CMCだけが原因ということではなく、人間関係を円滑にする対人スキル (社会的スキル)、その中でも最も基本的な相手の話を聞いたり、自分の意思を伝えるスキルが適切に機能していないことも多いように思います。

そんなことを感じつつ、今回は心理学的な対人関係構築手法の1つで積極的かつ効果的な対人関係構築のための考え方・方法であるアサーションを取り上げます。

【アサーション】

アサーションはコミュニケーション・スキルの1つである。発祥はアメリカ、1950年代に行動療法と呼ばれる心理療法の中から生まれたもので、「自己主張」とか「(さわやかな)自己表現」と訳されている。アサーションとは、自分の感じていることや気持ち、考えていることなどを自分も相手も共に大切にしている関係の中で、誠実に率直に伝えていくスキ

ルである。

実際に相談のなかでもよくあるが、こんな経験をしたことはないだろうか。

「言いたいことが言えない」

「断りたいのに断ることができない」

「自分が大変になるのはわかっているのに相手の要求に応じてしまい、情けない思いをしたり、挙句の果てに相手が憎らしくなったり」

「相手を立てたのにわかってくれない」

「いつもバカなふりをしなければ相手と付き合えない自分が情けない」

「対等ではなく家来や子分のように振る舞ってしまう自分がとてもいやになってしまう」など、人間関係で無理をして疲れてしまうようなことだ。これを自分の性格のせいだ!と考えたり、相手が変わらない限り、どうにもならないんだと相手のせいにして納得をしてきた。しかし、ほんとうにそれだけだろうか。よりよい人間関係を築くためのコミュニケーション・スキルを学んでこなかったということもあるかもしれない。いつも自分の気持ちが最優先されるような環境の中で育ったり、反対に常に相手の気持ちばかりを優先させてしまう状態、たとえば訴えを聞き入れてくれない親や禁止に関する言動が多い親の元では、親に受け入れられる言動だけを選んで身につけ、自分の気持ちを抑え、自分の内面に鈍感になると言われている。そんな背景があったかもしれない。

アサーションの理論では、コミュニケーションのタイプを①アグレッシブ (攻撃的)、②ノンアサーティブ (非主張的)、③アサーティブの3つに分けて考える。

アグレッシブ (攻撃的) な方法とは自分のことだけを考え、他人を顧みない言動をとるような方法で、自分の気持ちは抑えることなく表現し相手の気持ちは考慮しないので相手は不快な思いをすることになる。相手が萎縮するような威圧的な態度で表現し、時に優しい口調であっても選択の余地のないような

状況で頼み事をするなど、巧みに自分の欲求を押し付けて、相手を操作して自分の思い通りに動かそうとする態度もこれにあたる。雑談をしているときの「駄目押し」や「一言多い発言」などもそうである。職場においては上司が部下に対してアグレッシブになるケースが多いかもしれない。

ノンアサーティブ（非主張的）な方法とは前述のように自分の感情は押し殺して、相手に合わせ、自分より他人を優先し、自分のことを後回しにする方法である。「自分はどうせだめだ」という劣等感や「どうせ言っても分かってもらえないに決まっている」という諦めの気持ちが付きまとう。職場においてはなにを考えているかわからないとか、あの人は何でも賛成をするというように軽んじられることだって考えられる。

これらに対し、アサーティブな方法は自分の気持ちや考えを相手に伝えるが、相手のことも配慮しつつ、自分も相手も大切にしたりやり方。誰かに対して卑屈になったり、誰かを軽く扱ったりせず、自分の気持ち、考え、信念に対して正直・率直に、また、その場にふさわしい方法で表現することである。本当に相手を配慮し、尊重して相手に同意をしたり、譲った場合は自分で決断しそうしているので気持ちはさわやかであり、気持ちの引きずりが無い。

アサーションは自他の権利を侵さない限り、自己表現していいということだ。それは言語表現にとどまらない。ときには言語よりはるかに強い表現となる非言語が加わり真のアサーションとなる。視線や表情、しぐさなどアグレッシブ、ノンアサーティブな表現をイメージしてみたい。おのずとアサーティブな表現の重要性がわかるだろう。そして、話したときの声の大きさやスピード、「あー」、「そのー、」などの前置きなども同様である。

アサーションのよりどころは自己表現の権利（＝アサーション権）という基本的人権を自分の中にきちんと自分が認めることから始まる。だからこそ、感じ方、考え方は人と違っていい、自分の感じ方や考え方を大切にしよう、自分の中の『いやだ』という気持ちを伝えても、つながっていける関係が

あるのだということに気づくことが重要だ。

このアサーティブな方法を身につけることにより、人との関係のあり方が変わっていくだけでなく、自分自身のあり方、自分の人生を自分で選び取っていているという感覚や、背伸びをせず無理をしないで、等身大の自分でも大丈夫だという感覚が、自分の中に少しずつ広がっていくという感じを持った人もいます。

常にアグレッシブな態度をとる人や、ノンアサーティブな人もいますが、あの人に対してはアサーティブでいられるが、こっちの人にはノンアサーティブになってしまうというほうが多いのではないだろうか。まずは自分がどのようなときにアサーティブでない態度を取ってしまうのかを振り返ってみることが大切だ。それがアサーティブになるための第一歩である。しかし、自己主張することだけがアサーションではないので間違わないでほしい。自己主張しないと自ら選択することもアサーションである。

アサーティブになれないのは自分の気持ちをきちんと把握できていなかったり、結果や周囲を気にしすぎるによることが多い。そこで、アサーティブになるためにそのポイントを列挙する。

- ・自分の正直な気持ちに気づく：「こうあるべき」とか「こうしなければならない」という気持ちをもったとき、自分の気持ちを振り返る。
- ・自分の正直な気持ちを大切に、ごまかしたり否定したりしない：自分の気持ちに誠実であることは自分を偽らないで相手に接するということが相手に対して誠実に接することにもつながる。
- ・自分も相手も対等な関係であることをしっかりおさえ、相手を見下したり、自分を卑下したりしない
- ・伝えたいことを屈折させずに率直に表現する
- ・表現したことについて、自分を責めたり不愉快になったりしない

アサーションは人間関係の基礎となる。人との信頼や親密さを育てていくためには自己の中にアサーション権を確信していくことが必要だ。



参考文献

平木典子著 アサーショントレーニング
日精研心理臨床センター

第13回

多文化間精神医学ワークショップ



リンドウ
花言葉「あなたの悲しみに寄りそう」
(絵: 深沢紅子)

会期 2007年9月28日(金)～30日(日)

主会場 盛岡市民文化ホールおよびマリオス

副会場 シンガポール日本人会館(メインプログラムのみ)

テーマ 「しごと*家族*文化」

メインプログラム 【9月29日 13:10～17:20
盛岡市民文化ホール 小ホール
一般公開、参加費 1,200円*】

◆特別講演
浅田次郎「小説の中の『家族』」
(第117回直木賞受賞作家)

◆リレートーク
村田知己「共なる喜び - 私が見たフィリピンのしごと、家族、文化 -」
(盛岡・マニラ育英会 代表理事)
塚崎裕子「しごと、家族 - 多様性(ダイバーシティ)の視点から -」
(内閣府男女共同参画局推進課 配偶者間暴力対策調整官)

◆盛岡シンガポール間テレビ討論
指定発言 西園昌久(心理社会的精神医学研究所長)

◆ウエルカムコンサート
EPO「私というドラマの作り方 - 音楽・家族・文化の中で -」

リエゾンプログラム1 【9月29日 10:00～11:30
マリオス188会議室(要事前登録**)】

◆岩手県家事調停研究会50周年記念講演会
井上孝代「あの人と和解する - 家事調停の場から見た しごと*家族*文化 -」
(明治学院大学心理学部教授)

リエゾンプログラム2 【9月30日 10:00～12:00
マリオス188会議室(要事前登録**)】

◆東北6県産業保健推進センター合同 海外赴任者健康管理研修会
鈴木 満「海外赴任者にとっての しごと*家族*文化」
(岩手医科大学神経精神科学講座准教授)
大塚優子「海外赴任者の生活習慣対策」
(海外勤務健康管理センター健康管理部)
共催:労働者健康福祉機構、岩手県産業保健推進センター、東北6県産業保健推進センター

◆専門委員会・理事会 【9月28日 15:40～19:30
岩手県産業保健推進センター 会議室】

◆多文化間精神医学専門アドバイザー認定研修会 【9月29日 9:30～11:50
盛岡市民文化ホール 第1会議室】

◆レセプション「もりおか*地酒*Jazz」【9月28日 20:00～】

◆懇親会【9月29日 19:50～】

主催 多文化間精神医学会

事務局

岩手医科大学神経精神科学講座 第13回多文化間精神医学ワークショップ事務局
●〒020-8505 盛岡市内丸19-1 ●電話019-651-5111 内線2374/2375 ●Fax019-626-4807 ●http://www.jsip.net/(多文化間精神医学会HP)

第13回ワークショップ会長 鈴木 満

後援

岩手県 盛岡市 シンガポール日本人会 岩手労働局 岩手県医師会 岩手県産業保健推進センター 岩手障害者職業センター
岩手県家事調停研究会 岩手県国際交流協会 野の花美術館 盛岡・マニラ育英会 海外邦人医療基金 日本産業カウンセラー協会
岩手日報社 NHK盛岡放送局 岩手医科大学 岩手県精神医学会 岩手医科大学神経精神科学教室同門会(順不同)

*入場券はマリオスインフォメーション(☎019-621-5155 郵送可)、盛岡駅フェザンプレイガイドにてお買い求めください。**詳細についてはHPをご覧ください。

第13回 多文化間精神医学ワークショップと 「東北6県産業保健推進センター合同 海外赴任者健康管理研修会」のご案内

岩手産業保健推進センターメンタルヘルス相談員
岩手医科大学神経精神科学講座 准教授 鈴木 満

左頁のチラシにあります通り、本年9月に第13回多文化間精神医学ワークショップを盛岡で開催することになりました。

今回の基本テーマは、産業保健の基本的問題であるワークライフバランスについて議論を深めるべく「しごと*家族*文化」としました。これまで職域と地域で別々に論じられることが多かった精神保健問題について、両者を跨いだ形で議論することが期待されます。リレートークでは、過労死、過労自殺、少子化など仕事と家族にまつわる社会的問題を様々な眼差しから取り上げて頂きます。特別講演には浅田次郎氏をお招きいたしました。盛岡を舞台にした「壬生義士伝」でも、武士にとっての仕事と家族をめぐる葛藤が語られており、浅田次郎氏の歴史観、文化観に直接触れることができる貴重な機会となります。

9月30日には、「東北6県産業保健推進センター合同 海外赴任者健康管理研修会」を開催いたします。現在、海外に暮らす日本人は100万人を超え、その多くは日本の事業場からの駐在員です。東北でも海外に社員を派遣する事業場が増加しており、海外で心身の不調を訴える事例が頻発しています。この機会に是非赴任前研修の勘所をつかんで頂きたいと思えます。

お申し込み方法は以下の通りです。29日のテレビ会議ではシンガポール在留邦人の方々との意見交換も可能です。両日のご参加をお待ちしております。

9月30日・海外赴任者健康管理研修会参加申込書 (☑で表示してください。)

参加申込者氏名	(<input type="checkbox"/> 男 ・ <input type="checkbox"/> 女)	職名 又は 資格名	<input type="checkbox"/> 産業医 <input type="checkbox"/> 医師（産業医以外） <input type="checkbox"/> 事業主 <input type="checkbox"/> 保健師・看護師 <input type="checkbox"/> 衛生管理者・推進者 <input type="checkbox"/> 労務・安全衛生担当者 <input type="checkbox"/> 雇用機会均等推進責任者 <input type="checkbox"/> その他
事業場名		所在地	
電話		FAX	
Eメール		所属 医師会	医師会

岩手産業保健推進センター 盛岡市盛岡駅西通 2-9-1 マリオス12階
電話 019-621-5366 FAX 019-621-5367

- ・ 受付けた方には後日FAXでご連絡します。FAX以外での連絡をご希望の方は余白に希望事項をご記入下さい。
- ・ 締切日は開催日の一週間前ですが、先着順で受け付けますので、締切り前でも定員に達した場合にはお断りすることがあります。また、都合により開催中止、日程変更、講師変更となる場合がありますので、ご了承下さい。
- ・ この参加申込書は、当センターの研修等事業運営のためにのみ使用し、第三者へ提供することはありません。

平成19年度研修会開催予定のお知らせ

1.『産業医研修』 対象者：日医認定産業医、医師

(Ⅲ) 7/28 (土)	時間・会場他	14:00~16:00 盛岡市 岩手県自治会館 第1会議室・80名
	テーマ・講師 ◇内 容	1 「業務上疾病の予防Ⅰ」 ・立身 政信 相談員 ◇各論的な内容 2 「業務上疾病の予防Ⅱ」 ・中屋 重直 相談員 ◇各論的な内容
	日医認定単位	未定
(Ⅳ) 8/18 (土)	時間・会場他	14:00~16:00 盛岡市 岩手県自治会館 第1会議室・各50名
	テーマ・講師 ◇内 容	1 「局所排気装置・プッシュプル型換気装置のしくみ」 ・大塚 尚寛 相談員 ◇排気・換気装置のしくみ
(Ⅴ) 8/25 (土)	テーマ・講師 ◇内 容	2 「プッシュプル型換気装置のしくみ」 ・関向 和明 相談員 ◇測定の実践研修
	日医認定単位	未定 ※両日とも内容は同じです。いずれかにご参加ください。
(Ⅵ) 10/20 (土)	時間・会場他	未定 一関市 以下未定・50名
	テーマ・講師◇内容	未定 ◇一関医師会主催
	日医認定単位	未定 ◇一関医師会主催
(Ⅶ) 未 定	時間・会場他	未定 盛岡市 岩手県医師会館 以下未定・200名
	テーマ・講師◇内容	未定 ◇岩手県医師会主催
	日医認定単位	未定 ◇岩手県医師会主催

2.『母性健康管理研修』 対象者：産業医、医師、保健師、助産師、看護師、衛生管理者、機会均等推進責任者等

11/29 (木)	時間・会場他	13:30~17:00 アイーナ812会議室・100名
	テーマ・講師・備考	母性健康管理 ・岩手労働局・医師 日医認定申請予定

3.『衛生管理者研修』 対象者：衛生管理者、保健師、看護師

(Ⅶ) 8/28 (火)	時間・会場他	13:30~15:00 盛岡市 当センター会議室（マリオス12階）・20名
	テーマ・講師◇内容	「メタボリックシンドロームの話」 ・大澤 正樹 相談員 ◇メタボリックシンドロームとは等
(Ⅷ) 10/12 (金)	時間・会場他	13:30~15:00 北上市 北上市技術交流センター・50名
	テーマ・講師◇内容	「過重労働による健康障害防止対策」 ・中屋 重直 相談員 ◇【実践研修】
(Ⅸ) 11/16 (金)	時間・会場他	13:30~15:00 盛岡市 当センター会議室（マリオス12階）・20名
	テーマ・講師◇内容	「労働安全衛生マネジメントシステムと衛生管理」 ・関向 和明 相談員 ◇【実践研修】
(Ⅹ) 2/15 (金)	時間・会場他	14:00~15:20 一関市 ベリーノホテル一関・100名 労働基準協会：一関支部
	テーマ・講師◇内容	「VDT作業の健康障害防止対策」 ・小野田 敏行 相談員 ◇パソコン等作業の健康障害予防と対策

4.『産業看護職研修』 対象者：保健師・看護師

(Ⅱ) 7/26 (木)	時間・会場他	13:30~16:00 盛岡市 当センター会議室（マリオス12階）・20名
	テーマ・講師 ◇内 容	1 「産業看護職の職務」 ・村木 眞樹子 相談員 ◇産業看護職アンケート調査結果を含む（13:30~15:00）
	テーマ・講師 ◇内 容	2 「情報交換」 ・村木 眞樹子 相談員 ◇【実践研修】（15:00~16:00） ※8/24と内容は同じです。
(Ⅲ) 8/24 (金)	時間・会場他	13:30~16:00 釜石市 労働基準協会釜石支部会議室・20名
	テーマ・講師 ◇内 容	1 「産業看護職の職務」 ・村木 眞樹子 相談員 ◇産業看護職アンケート調査結果を含む（13:30~15:00）
	テーマ・講師 ◇内 容	2 「情報交換」 ・村木 眞樹子 相談員 ◇【実践研修】（15:00~16:00） ※7/26と内容は同じです。
(Ⅳ) 10/26 (金)	時間・会場他	13:30~16:00 盛岡市 当センター会議室（マリオス12階）・20名
	テーマ・講師 ◇内 容	1 「職場のメンタルヘルス対策」 ・中屋 重直 相談員 ◇メンタルヘルスへの対応等（13:30~15:00）
	テーマ・講師 ◇内 容	2 「情報交換」 ・村木 眞樹子 相談員 ◇【実践研修】（15:00~16:00）
(Ⅴ) 12/14 (金)	時間・会場他	13:30~16:00 盛岡市 当センター会議室（マリオス12階）・20名
	テーマ・講師 ◇内 容	1 「健康情報と個人情報保護」 ・関向 和明 相談員 ◇健康情報の取扱い等（13:30~15:00）
	テーマ・講師 ◇内 容	2 「情報交換」 ・村木 眞樹子 相談員 ◇【実践研修】（15:00~16:00）

5.『労働衛生工学研修 4回』 対象者：衛生管理者、衛生管理担当者、作業環境管理担当者、保健師、看護師等

会場・時間・定員	当センター会議室 マリオス12階・13：30～15：00 各20名		
講師	岩手産業保健推進センター 労働衛生工学担当相談員 大塚 尚寛・関向 和明		
(Ⅲ) 9/28(金)	テーマ・講師 内 容	石綿・ダイオキシンの作業環境管理 ・関向 和明 相談員 対策例等	
(Ⅳ) 11/8(木)	テーマ・講師 内 容	局所排気装置・プッシュプル型換気装置のしくみ ・大塚 尚寛 相談員 工学的対策の基本	

6.『カウンセリング技法研修 12回』 保健師、看護師、衛生管理者、労務管理担当者等

会場・時間・定員	当センター研修室 マリオス12階・13：30～16：00 各20名			
講師	岩手産業保健推進センター カウンセリング担当相談員 今松 明子			
内 容	テ ー マ	日 程		
初 級 初心者を対象とした基本的な内容	* 4回シリーズ 話の聴き方 ～積極的傾聴～	① 6/11(月)	② 6/25(月)	③ 7/9(月)
		④ 7/23(月)		
中 級 実務者などを対象とした実務的な内容・体験学習	* 5回シリーズ 認知行動療法入門	① 10/15(月)	② 10/29(月)	③ 11/12(月)
		④ 11/26(月)	⑤ 12/10(月)	
事例研究	* 3回シリーズ 事例の研究	① 5/21(月)	② 8/20(月)	③ 1/28(月)

*シリーズ単位での申込をお願いします。

7.『海外赴任者健康管理セミナー』

9/30(日) 予 定	時間・会場他 備 考	盛岡市開催で東北地区の6センター共催による予定 日医認定申請予定
----------------	---------------	-------------------------------------

8.『共催による研修』

9/21(金)	時間・会場他 テーマ・講師	13：30～16：00 北上工業クラブ 北上市技術交流センター・50名 喫煙セミナー ・中屋 重直 相談員他
10～11月予定	時間・会場他 テーマ・講師	中災防 東北サービスセンター・50名 メンタルヘルス・働く人の自殺予防セミナー ・鈴木 満 相談員

9.『事業主セミナー』（健康管理セミナー・健康セミナー・労務管理セミナー）

(Ⅱ) 9/7(金)	会場・定員 テーマ・講師	陸災防・総合研修会館 100名 「医師による面接指導」 陸災防共催 ・中屋 重直 相談員
(Ⅲ) 9/11(火)	会場・定員 テーマ・講師	労働基準協会：盛岡支部・岩手県自治会館 100名 「メタボリックシンドロームの話」 ・大澤 正樹 相談員
(Ⅳ) 9/12(水)	会場・定員 テーマ・講師	労働基準協会：花巻支部・さくらホール 200名 「健康診断～心とからだの健康」 ・小野田 敏行 相談員
(Ⅴ) 9/12(水)	会場・定員 テーマ・講師	労働基準協会：一関支部・ペリーノホテル一関 100名 「有機溶剤と健康対策（化学物質のリスクと管理）」 ・立身 政信 相談員
(Ⅵ) 9/13(木)	会場・定員 テーマ・講師	労働基準協会：大船渡支部・大船渡商工会議所 60名 「心の健康と生産性向上」 ・今松 明子 相談員
(Ⅶ) 9/20(木)	会場・定員 テーマ・講師	労働基準協会：宮古支部・ホテル近江屋 50名 「作業環境管理」 ・関向 和明 相談員
(Ⅷ) 10/3(水)	会場・定員 テーマ・講師	岩手教育会館 500名 岩手労働災害防止団体連絡協議会主催 「岩手県産業安全衛生大会」
(Ⅸ) 11/20(火)	会場・定員 テーマ・講師	労働基準協会：釜石支部・支部会議室 50名 「健診データの読み方と事後措置」 ・立身 政信 相談員

*労働基準協会二戸支部との共催実施については、協議中。

地域産業保健センターを活用しましょう

- ※ 医師・保健師・看護師が相談・保健指導をいたします。
- ※ ご希望により事業場に直接お伺いして健康相談・健康指導等もいたします。
- ※ 健康診断結果の有所見者については、医師の意見を聴取することが法令で定められています。医師の意見の聴取としても積極的にご利用下さい。

盛岡 地域産業保健センター

盛岡市愛宕町18-6
(盛岡市医師会内 TEL: 019-654-2164 FAX: 019-654-1350)

宮古 地域産業保健センター

宮古市西町1-6-2
(宮古医師会内 TEL: 0193-62-5880 FAX: 0193-62-1109)

釜石・遠野 地域産業保健センター

釜石市中妻町3-6-10
(釜石医師会内 TEL: 0193-23-5880 FAX: 0193-21-1215)

花巻 地域産業保健センター

花巻市花城町10-7 花巻商工会議所会館内
(花巻市医師会内 TEL: 0198-22-3881 FAX: 0198-22-3802)

一関 地域産業保健センター

一関市大手町3-40 岩手日報ビル5階
(一関市医師会内 TEL: 0191-23-5110 FAX: 0191-23-9955)

気仙 地域産業保健センター

大船渡盛町字内ノ目6-1
(気仙医師会内 TEL: 0192-27-6700 FAX: 0192-27-6701)

二戸・久慈 地域産業保健センター

二戸市福岡字八幡下11-1 二戸市総合福祉センター内
(二戸医師会内 TEL: 0195-23-4466 FAX: 0195-23-4466)

- 相談日が決められていますので、各地域産業保健センターにお問合せ下さい。
- 盛岡及び一関地域産業保健センターについては、メンタルヘルスの相談も受けています(予約した上での面談相談に限ります)。

独立行政法人労働者健康福祉機構 岩手産業保健推進センター

〒020-0045
盛岡市盛岡駅西通二丁目9番1号マリオス12階
tel.019-621-5366 fax.019-621-5367
ホームページアドレス <http://www.sanpo03.jp/>
メールアドレス iwate@sanpo03.jp

ご利用いただける日時

休日を除く毎日午前9時～午後5時
休日/毎土・日曜日及び祝祭日・年末年始

