

4. 産業保健相談員から…「俳諧歌」の世界

「今どき、ちょっとうらやましいでしょ」というお話から。

我が家は、新幹線こまち号が走る田沢湖線小岩井駅の裏手にあります。宅地開発が進んだとは言え、東と南は田んぼ、北には雑木林と公園という環境です。毎年7月には田んぼの中に蛍を見つけることができます。今年はダイニングルームの窓辺で光っていましたので、家の中に招き入れて風流に浸ることができました。冷酒を嘗めながら、～夏の蛍に冬の雪、窓辺にあれば文を読み、幾年月を重ねつつ、いつしか「歳」も還暦に～などと、聞いたことのあるような無いような詩作に耽っていたら、小林一茶の句を思い出しました。

～ 老いの身は 寒さ負けして 何一つ 学ばぬ窓に 雪は積みつつ ～

あれ、この一句、5・7・5の後に7・7が付いている、っていうかこれは短歌でしょ！と突っ込みを入れた方はいませんか？ 生涯に2万を超える数の俳句を作ったと言われ、「やせ蛙 まけるな一茶 これにあり」などの代表作に見るように、なかなか洒落た可笑しみのある句をたくさん残している一茶ですが、その味を保ったまま三十一文字の短歌にしてしまったものが約450首あると言われます。古くは万葉集や古今集にそのような趣の歌があり、古今集では巻19雑体によく収集され「俳諧歌」と呼ばれていたようで、広辞苑には「滑稽味を帯びた和歌の一体、万葉集の戯笑歌の系統をひき、古今集巻19に俳諧歌として多くの作を収める。」とあります。古今集巻19には小野小町の歌もあります。

～ 人に逢はむ 月のなき夜は 思ひおきて 胸走り火に 心焼けをり ～

「人」とは思いを寄せた人のことでしょう。「月のなき夜」は暗くて逢いに行けないし、来てもくれないのでしょね。「月のなき」というのは「付きの無き（手だての無い）」と掛けていますし、「思ひおきて（思いながら起きていて）」は「思い燠て（思いが燠になってしまっ）」と掛けています（燠というのは燃えて炭のようになってしまったオキのことです。念のため）。そして「胸走り火に（胸騒ぎがする）」は、燠になった胸の思いに火の粉が跳ねてきて「心焼けおり（心は燃え上がっている）」となるのですが、ここは「心が自棄（やけ）になっている」とも取れるわけで、これぐらい掛詞が続くと短歌は俳諧歌の域に達します。

ここまで読んでいただければお気づきかもしれませんが、これは「俳句」に対する「川柳」の如く「短歌」に対する「狂歌」であると断ずることができそうです。確かに「俳諧歌」と「狂歌」の区別は難しいかもしれませんが、しかし、俳人である一茶が捻るに及んで、「俳諧歌」というジャンルは「狂歌」から独立したように思えてなりません。

最も好まれている一茶の俳諧歌がこれです。

～ 浅ましの 老木桜や 翌（あす）が日に 倒るゝまでも 花の咲く哉 ～

そして、もう一句 桜の歌

～ 桜さく 木の下かげに 乞食して 袋にあまる 花の雪哉 ～

仕事で心（卍）を亡くすことのないよう、古来の文芸世界にお誘いしてみました。

岩手産業保健総合支援センター 相談員 立身政信（岩手大学保健管理センター長）



岩手産業保健総合支援センターだより No.19

青く晴れた空は高く、吹いてくる風が爽やかで、過ごしやすい季節になりました。

「実りの秋」、「食欲の秋」、「スポーツの秋」、「読書の秋」、「芸術の秋」、いろいろな秋、「行楽の秋」なんてのもありました？そして、「労働衛生の秋」。

秋っていろいろな秋がありますね。

年度も半分が過ぎ、そして年末もせまり、これからの季節は、いろいろなことを振り返ってみる時期でもありますね。

秋の夜長でもの悲しさもあるものの…？ 秋は、いろいろありがたい条件がそろって、ストレスの解消のメニューも多そうだし、生活習慣を見直したりするのも、持ってこいの季節でしょうか。

改正された安衛法の施行は、「化学物質のリスクアセスメント」、「受動喫煙防止措置」が来年の6月、ストレスチェックが来年の12月までとまだ先ではあるものの、いろいろな準備や職場の体制整備も必要と考えます。

総合支援センターでは、今後も、様々な課題に対する支援ができるよう努めて参りますので、岩手産業保健総合支援センターと地域産業保健センターのご利用を心よりお待ちしております。

INDEX

1.研修の様子

2.研修会の開催予定

3.ご利用案内

4.産業保健相談員から

1. 研修会の様子



衛生管理者等研修(26.7.10)
過重労働による健康障害防止①労災認定基準②過重労働総合対策、長時間労働者への対策



カウンセリング研修(26.8.4)
職場で使えるコミュニケーションスキル「傾聴(その1)」盛岡会場(ワーク風景)



衛生管理者等研修(26.8.27)
メンタルヘルス対策「職場が取り組むべき課題その3」①メンタルヘルスチェック②ストレス対処法



カウンセリング研修(26.9.8)
職場で使えるコミュニケーションスキル「傾聴(その1)」北上会場



産業看護職等研修(26.9.20)
「産業職場で働く人のメンタル不調の支援について」～面接技術をとおして～
日本産業衛生学会産業看護部会 岩手県立大学看護実践研究センター 共催研修



衛生管理者等研修(26.9.24)
メンタルヘルス対策「職場が取り組むべき課題その4」①主治医との関わり方～よりよいメンタルヘルス対策のために～②休業から復職までの流れ

2. 研修会の開催予定（10月～3月の予定）

10月	受付開始	日時、会場	テーマ・概要	講師(案)	定員	備考
受付中		10月2日(木) 13:30～16:30 盛岡 アイーナ 602	健康確保対策3 ①口腔健康対策(歯周炎) ②脳卒中・心筋梗塞予防対策	岩手県歯科医師会 ①中村ますみ 先生 岩手産業保健総合支援センター ① 大澤正樹 相談員	20	
受付中		10月6日(月) 13:30～16:30 盛岡 アイーナ 701	カウンセリング研修Ⅲ 職場で使えるコミュニケーションスキル「傾聴」(その2)	岩手産業保健総合支援センター 今松明子 相談員	20	
受付中		10月27日(月) 13:30～16:30 北上さくらホール 会議室1、2	カウンセリング研修Ⅲ 職場で使えるコミュニケーションスキル「傾聴」(その2) ※10月6日、盛岡開催の内容と同じです。	岩手産業保健総合支援センター 今松明子 相談員	20	

11月	受付開始	日時、会場	テーマ・概要	講師(案)	定員	備考
受付中		11月10日(月) 13:30～16:30 盛岡 アイーナ 701	カウンセリング研修Ⅲ 職場で使えるコミュニケーションスキル「傾聴」(その3)	岩手産業保健総合支援センター 今松明子 相談員	20	
受付中		11月22日(土) 14:30～16:30 マリオス5階 盛岡市民文化ホール 第2会議室	産業医研修 職場のメンタルヘルス対策 ①1次予防～3次予防、4つのケアなど職場の各種対策に関する産業医の役割・取り組み ②過重労働にかかる医師の面接指導	岩手産業保健総合支援センター ① 青木慎一郎 相談員 ② 茂木 隆 相談員	30	日医認定 2単位
受付中		11月26日(水) 13:30～16:30 北上さくらホール 会議室1、2	カウンセリング研修Ⅲ 職場で使えるコミュニケーションスキル「傾聴」(その3) ※11月10日、盛岡開催の内容と同じです。	岩手産業保健総合支援センター 今松明子 相談員	20	

12月	受付開始	日時、会場	テーマ・概要	講師(案)	定員	備考
受付中		12月8日(月) 13:30～16:30 盛岡 アイーナ 701	カウンセリング研修Ⅲ 職場で使えるコミュニケーションスキル「傾聴」(その4)	岩手産業保健総合支援センター 今松明子 相談員	20	
11		12月13日(土) 14:30～16:30 北上 オフィスプラザセミナールーム1	産業医研修 最近の安全衛生法の動向 ○「安衛法改正・第12次防を含む最近の安全衛生法の動向」 ○「作業環境管理・作業管理を中心とした法令解説」	花巻労働基準監督署職員	20	日医認定 2単位
受付中		12月22日(月) 13:30～16:30 北上さくらホール 会議室1、2	カウンセリング研修Ⅲ 職場で使えるコミュニケーションスキル「傾聴」(その4) ※12月8日、盛岡開催の内容と同じです。	岩手産業保健総合支援センター 今松明子 相談員	20	

1月	受付開始	日時、会場	テーマ・概要	講師(案)	定員	備考
12		1月8日(木) 13:30～16:30 盛岡 アイーナ 802	メンタルヘルス対策1 休職から復職へ(その1:休職) ①「休職」に係る一連の対応 ②意見交換会 メンタル不調者の休職前の対応、復職準備、復職後の対応を2回シリーズで考えます。	岩手産業保健総合支援センター ① 茂木 隆 相談員 ② 藤井由里 相談員	15	
12		1月17日(土) 14:30～16:30 盛岡 岩手県医師会館 視聴覚室	産業医研修 「石綿関連疾患診断技術研修」(実地研修) 石綿関連疾患胸部画像の読影実習 呼吸器系の疾患を取り扱う医師を対象に中皮腫、肺がん、石綿肺、びまん性胸膜肥厚、良性石綿胸水等の石綿関連疾患に係る適切な診断技術の向上及び労災補償上の取扱留意事項の周知を図ることを目的とする。	①旭労災病院副院長 宇佐美 郁治 先生 ②岡山大学病院放射線科 加藤 勝也 先生	20	日医認定 2単位
12		1月28日(水) 13:30～16:30 盛岡 アイーナ 802	メンタルヘルス対策 「精神障害の対応1」 ①うつ病と双極性障害 ②統合失調症	岩手産業保健総合支援センター 青木慎一郎 相談員	20	

2月	受付開始	日時、会場	テーマ・概要	講師(案)	定員	備考
1		2月17日(火) 13:30～16:30 盛岡 アイーナ 802	メンタルヘルス対策 「精神障害の対応2」 メンタルヘルス対策 「精神障害の対応2」 ①適応障害と不安障害 ②発達障害 (アスペルガー症候群) ③人格障害	岩手産業保健総合支援センター 青木慎一郎 相談員	20	
1		2月25日(水) 13:30～16:30 盛岡 アイーナ 調整中	メンタルヘルス対策2 休職から復職へ(その2:復職) ①意見交換会 ②復職準備と復職後の対応 メンタル不調者の休職前の対応、復職準備、復職後の対応を2回シリーズで考えます。	岩手産業保健総合支援センター ① 村木真樹子 相談員 ② 上田 均 相談員	15	

3. ご利用案内

≫≫「**メールマガジン**」にご登録を！

センターのHPを開き、「メールマガジン」にご登録（無料）頂きますと、毎月1回、定期的に、最新の産業保健情報、法改正の動向、研修会の案内等が届きます。各種情報収集にお役立てください。

≫≫「**窓口相談**」をお受けしております。

地域の産業医、衛生管理者、産業看護職、事業内メンタルヘルス推進担当者等産業保健スタッフ、事業主、人事労務担当者等からの産業保健に関する専門的な相談に対応いたします。面談による相談は予約が必要となりますが、電話・FAX・メールによる相談もお受けしており、その場合は後日ご回答・ご連絡申し上げます。

≫≫「**メンタルヘルス個別訪問支援**」をご利用ください。

メンタルヘルス対策を普及促進するため、「こころの健康づくり計画の策定」、「衛生委員会での調査審議への助言」、「教育・研修計画等の支援」等事業場のメンタルヘルス対策の導入に関する取組について支援を実施します。

また、「管理監督者教育」の実施希望、「職場復帰支援プログラム」の作成を目的とした支援についても対応します。各種相談もお受けいたします。

≫≫「**実地相談**」をお受けしております。

専門の相談員が現場・工場・作業場に直接赴き、問題点について意見交換しながら、現場の状況に応じた改善方法等をアドバイスいたします。

≫≫ 団体等を対象に、ビデオ・DVD等視聴覚機材を使った「出張ビデオ研修」をお受けしております。
図書や各種測定機器(デモ用)の貸し出しも行なっておりますので、どうぞご利用ください。

★ **地域窓口(地域産業保健センター)**では、地域の産業保健関係者等に対する**相談の実施**・小規模事業場等に対する**訪問支援**をお受けしております。

1 小規模事業場の産業保健関係者・労働者等からの相談対応

常時 50 人未満の労働者を使用する事業場の事業者の産業保健活動を支援するため、地域産業保健センターでは以下の相談等に応じます。

- ① 労働者の健康管理（メンタルヘルスを含む）に係る相談
- ② 健康診断の結果についての医師からの意見聴取
- ③ 長時間労働者に対する面接指導

2 個別訪問による産業保健指導の実施

常時 50 人未満の事業場の職場巡視、相談対応等産業保健に係る個別訪問指導の要請等に基づき、登録産業医等が事業場を訪問し、産業保健に係る指導等を行います。

★地域窓口(地域産業保健センター)一覧

盛岡地域産業保健センター	020-0013	盛岡市愛宕町 18-6 盛岡市医師会内	019-654-2164
宮古地域産業保健センター	027-0061	宮古市西町 1-6-2 宮古医師会内	0193-62-5880
釜石・遠野地域産業保健センター	026-0034	釜石市中妻町 3-6-10 釜石医師会内	0193-23-9966
花巻地域産業保健センター	025-0075	花巻市花巻町 3-3 渡邊花巻ビル 3 階 花巻市医師会内	0198-22-3881
一関地域産業保健センター	021-0884	一関市大手町 3-40 (株) 岩手日報社一関支社ビル 5F 一関市医師会内	0191-23-5110
気仙地域産業保健センター	022-0003	大船渡市盛町字内ノ目 6-1 気仙医師会内	0192-27-6700
二戸・久慈地域産業保健センター	028-6101	二戸市福岡字八幡下 11-1 二戸市総合福祉センター 二戸医師会内	0195-23-4466