

岩手産業保健推進センターだより No.12



新年あけましておめでとうございます。本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。
平成24年はどんな1年でしたか？ そして平成25年はどんな1年にしますか？
岩手産業保健推進センターでは、今年も「労働者の心と体の健康確保」のため、企業の労働衛生対策や心と体の健康確保対策などの推進をめざし取り組んでまいります。
本年も変わらぬご愛顧のほどよろしくお願い申し上げます。

津波被害の沿岸部を見ると、2年前と同じ状況で何も変わっていないと感じます。
復興予算はどこに行ったんでしょうか？ 被災地の為に使われているのでしょうか？
震災から2回目のお正月を迎えても、未だ行方不明の方が1173名（県統計 11.30）もおられます。また、仮設住宅での生活も依然として解消されず、仕事を失ったままの方々も多く、「復興」のスピードが遅いと感じているのは岩手県民皆同じだと思います。
師走の解散総選挙では、民主党の3年間の政治運営に対する批判が鮮明になり、自民党が復活。過去に自民党に嫌気がして民主党へ期待を寄せた国民の気持ちをしっかり受け止め、以前のように派閥闘争にあけくれることなく、国民目線で「雇用」「経済」そして「震災復興」が確実に前進し、労働者の健康と安全が確実に守られるような政治の在り方を望みたい。

INDEX

1. 研修会の様子
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

10月～12月、衛生管理者、人事労務担当者、産業看護職等を対象とする研修会を実施しました。多数の方々にご参加頂き感謝申し上げます。研修会の様子をご覧ください。



看護職等研修 (24.10.16) 盛岡市
岩手県立大学の青木教授による講義
適応障害等の対応について学びました。



衛生管理者等研修 (24.10.19) 北上市
有機溶剤に係る局署排気装置、保護具等について学び、防毒マスクの効果を実験



カウンセリング研修 (24.11.7) 盛岡市
好評の「傾聴スキルの習得」第1回目
傾聴の研修は全3回で実施



産業医研修 (24.10.13) 一関市
一関市医師会との連携により、放射線の基礎知識、メンタルヘルスについて学んだ



衛生管理者等研修会 (24.11.28) 盛岡市
盛岡中央消防署より講師をお招きし、AEDを使った救急救命講習を開催



岩手県産業安全衛生大会 (24.10.3)
パネル展、相談コーナーを設置し、測定機器各種の展示、DVD上映を行なった

2. 研修会の開催予定（1月～3月の予定）

岩手産業保健推進センターでは、衛生管理者、衛生推進者、健康管理担当者、産業看護職、人事労務管理担当者、管理職、事業主等の「産業保健スタッフ」の活動を支援するため、健康対策や労働衛生対策、メンタルヘルス対策等に関する研修会を開催しております。是非ご参加ください。

お申込み・お問合せは、岩手産業保健推進センター（電話 019-621-5366 FAX 019-621-5367）又はホームページ（<http://www.sanpo03.jp/>）のメールフォームからどうぞ。

1月開催

日時、場所	研修テーマ等	講師
1月9日（水） 13:30～16:30 盛岡市 アイーナ 702会議室	《カウンセリング研修 Ⅲ-5》 メンタルヘルス推進担当者等実務担当者対象 『認知行動療法』（全5回のうち第2回目）	今松相談員
1月17日（木） 13:30～16:30 盛岡市 アイーナ 811研修室	看護職等研修Ⅶ【ゲートキーパー】 ①ゲートキーパーの役割（ゲートキーパー養成研修） ②メンタルヘルス対策、自殺防止対策（意見交換）	坂下相談員 村木相談員
1月19日（土） 14:00～17:00 盛岡 アイーナ 804A会議室	《メンタルヘルス対策支援センター 事例検討会》 ①困難事案 職場はどこまで介入すべきか ②参加者による事例検討会	鈴木特別アドバイザー 坂下相談員 藤井促進員
1月23日（水） 13:30～16:30 盛岡市 アイーナ 702会議室	《カウンセリング研修 Ⅲ-6》 メンタルヘルス推進担当者等実務担当者対象 『認知行動療法』（全5回のうち第3回目）	今松相談員
1月26日（土） 14:30～16:30 盛岡市 アイーナ 802会議	《産業医研修》 石綿関連疾患診断技術研修 「アスベスト関連疾患の胸部画像の読影実習」 日医認定産業医研修(生涯研修)2単位取得	岡山労災病院 副院長 岸本卓巳先生 東北労災病院 アスベスト 疾患ブロックセンター長 三浦元彦先生
1月29日（火） 13:30～16:30 盛岡市 アイーナ 812研修室	《衛生管理者、産業看護職、人事労務担当者等研修》 管理職のための事例検討会（管理監督者研修） 「メンタル不調者の対応事例 休職から復職まで」	茂木相談員 坂下相談員 藤井促進員

2月開催

日時、場所	研修テーマ等	講師
2月13日（水） 13:30～16:30 盛岡市 アイーナ 802研修室	《カウンセリング研修 Ⅲ-7》 メンタルヘルス推進担当者等実務担当者対象 『認知行動療法』（全5回のうち第4回目）	今松相談員
2月15日（金） 13:30～16:30 一関市 (バリーノホテル一関)	公益財団法人岩手労働基準協会一関支部 衛生管理者研修会 ※お申し込みは一関支部へ 「健康増進 職場で取組む心と体のケア」	立身相談員

2月20日(水) 13:30~16:30 盛岡市 アイーナ 811研修室	看護職等研修Ⅷ【メンタルヘルスケア】 ①「エゴグラム」の活用による自己分析 ②リラクゼーション反応とリラクゼーション技法(リラクゼーション練習)	今松相談員
2月27日(水) 13:30~16:30 盛岡市 アイーナ 802研修室	《カウンセリング研修 Ⅲ-8》 メンタルヘルス推進担当者等実務担当者対象 『認知行動療法』(最終回)	今松相談員

3月開催

日時、場所	研修テーマ等	講師
3月7日(木) 13:30~16:30 盛岡市 アイーナ 811会議室	健康確保対策シリーズ2【メタボリックシンドロームを考える】 ①「死の四重奏」を予防する、その有効な対策とは ②メタボリックシンドローム～体内脂肪を減らそう(運動と食事)	大澤相談員 阿部特別相談員
3月15日(金) 13:30~16:30 北上市 さくらール 多目的室	健康確保対策シリーズ3【発がん物質「タバコの煙」】 ①アスベストより怖い喫煙と受動喫煙(職場の禁煙対策) ②「タバコ」と「生活習慣病」	立身相談員 菊池促進員

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。

》》「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。

》》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。

管理職、各級担当者への研修をご予定されておりましたら、一度当センターにご相談ください。

電話 019-621-5366 / FAX 019-621-5367 又は、当センターHPから、メールでもご連絡いただけます。

図書や各種測定機器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。

》》「各種セミナー」をお受けしております。

災害防止団体・業界団体・工業団地・協同組合・企業グループ等で、健康確保対策、労働衛生対策、メンタルヘルス対策、等に関する研修会や勉強会等を企画されておりましたら、是非ご連絡を！ 専門スタッフを講師とする研修をご検討ください！

》》メンタルヘルス対策支援センターの「個別訪問支援」をご利用ください。

メンタル不調者の対応方法、メンタルヘルス対策の進め方・体制作り、心の健康づくり計画・職場復帰支援プログラムの作成方法、管理監督者研修、セルフケア研修、各種相談などなど、メンタルヘルス対策全般について【無料】でご利用いただけます。

窓口相談は予約が必要となりますが、電話・FAX・メール等によるご相談もお受けしております。

また、メンタルヘルス対策促進員が、随時「企業訪問」をしておりますので、どうぞよろしくお願い致します。

メンタルヘルス対策支援センターのご利用は
電話:019-652-1466 FAX:019-652-1466
Eメール shien@mentaliwate.jp ホームページ <http://www.mentaliwate.jp>

岩手産業保健推進センター <http://www.sanpo03.jp/> を開き、
トップページ右側の「メンタルヘルス対策支援センター」からも入れます！

4. 産業保健相談員から …「人を育てる」

産業保健を専門としていることもありますが、
いろいろな人脈のおかげで、様々な職場を訪れる機会に
恵まれています。

そうやって日々勉強させていただいています。
自分が知らない多くのことを発見し、「こんなこともある
んだ!」と関心することが結構あります。



- ★ 脳動脈瘤の破裂で生死をさまよい、幸運にも社会復帰できた20歳代の会社員の場合です。その会社の管理部門の課長さんと出会ったときに「あれだけ皆に迷惑をかけて、挨拶もない」と怒っていました。その辺の事情を知っていたので、こんな説明をしました。

「あなたが若い頃には、大きな失敗をしたり誰かに迷惑を
かけたりした時には、上司や先輩がいっしょについて歩き、
関係した一人ひとりにお礼や謝罪に行ったのではないの
か。(中略) 非難すべきは、そういう指導をするべき人が
指導していないことだろう。」



- ★ 電話対応が下手な新入社員の 경우です。
社外から問い合わせの電話があり、よく理解しないまま、
おどおどしながら不正確に受け答えしていたことを、近くに
いた上司に「電話対応が悪い」と言われていました。

電話の対応が下手なので、本当は電話を受けさせてはいけません。事前に電話対応のトレーニングが必要です。問い合わせ内容について理解していなければ回答させてはいけません。折り返し電話する旨伝えて電話を切るか、よく理解している同僚、先輩、あるいは上司に電話を替わるべきなのです。

学校では教わらないそういう社会経験は、就職してからでなければ身に付かないものです。大学院まで出て博士号を持っている人であっても、そんな当たり前のことはできないものです。個別の事例への対応は、その場その場で教えてもらうしかないのです。

「一を聞いて十を知る」、これができるような人がいれば、
是非お目にかかってみたいものです。

人を育てるためには、特に職場では、大きな労力を要します。
このプロセスに要する期間は個人毎に大きく違います。

部下を持つ方には是非理解し、手抜きせず「人を育てる」
ことをしてもらいたいと思います。



茂木 隆 (岩手東芝エレクトロニクス株式会社専属産業医)