



「何科？」

産業保健相談員 茂木 隆

ずっと産業医という仕事をしてきましたが、よく困る質問をされました。「先生のご専門は、何科ですか？」というものです。大学院では労働衛生や疫学を中心に研究しましたが、どう答えるのが良いのか戸惑います。研修医の時には主に内科のトレーニングを受けましたが、胸を張って「内科です」と言えるほどではありません。たいていは医師である私に対する挨拶程度の意味合いの質問のようで、「内科です」と答えると話題は他へと移っていきます。

健康相談の場では、今ある症状に対して「何科に行けば良いかわからないので放置している」という声を多く聞きます。現在の診療科の多くは臓器ごとに分類されているので、症状から診療科を選ぶことはできないわけではありません。

例えば、脳と脊髄、神経などを診るのは、内科系では精神科、神経内科などがあり、外科系では脳神経外科があります（内科系は機能の変化に対して、外科系は形態の変化に対して対応します）。また例えば耳鼻科は、大雑把には、鎖骨から上全体の脳と眼、皮膚を除いたところを診ます。口の中は口腔外科が診ますが、耳鼻科が診ることもあります。

「これって何科に行けば良いのでしょうか？」という質問をよくされますが、すぐに判別できるものと、診察してある程度の検査もしないとはっきりしないものもあります。「めまい」はいろいろな症状にこの言葉があてられています。身体の周りがぐるぐると回っている、回ってはいないけれど自分がちゃんと立っているかどうかわからない（身体が傾いているか、まっすぐ立っているかわからない）、後ろに引っ張られるような感覚がある、すーっと意識がなくなりそうになる、これらの症状を「めまい」と表現すると耳鼻科や神経内科などが候補になり、症状によって選択します。立ち上がる時、排尿時、排便時にこんなことがあると、循環器科などの方が良さそうです。他にも貧血や脱水などが原因となる症状もあるし、その貧血や脱水を起こす別の病気が隠れていることもあります。

私が質問された場合には、症状をよく聴き、その場でできる簡単な検査があれば行い、一番適切と思われる診療科を勧めます。せっかく受診しても別の診療科を紹介されることがあることは申し添えます。自覚症状だけでは判断できないものがとても多く、何回か検査を繰り返し、結局別の診療科でさらに検査をしなければならぬことも普通にあります。

一番良いのは、「かかりつけ医」を持つことです。身体の不調についていつでも相談し、簡単なものでは本来の診療科が違うものでも診てもらえます。より専門的な検査・治療が必要ならば、かかりつけ医は自分がかかっても信頼する別の医師を紹介してくれます。自覚症状から何科に行くかを自分で判断することは、遠回りともなり、最終的には時間と費用を無駄に使うことになりま



岩手産業保健総合支援センターだより

平成30年10月1日発行 No.35

暑い、暑いと言っていたら、あっという間に涼しくなり、ストーブを付けようか迷うようになってきました。

盛岡駅の2階南口の改札を出た先のホールにも、秋の味覚が並んでいます。なんでも、今年は秋口の気温や降雨量がキノコには適度であったようで、「今年はマツタケが豊作で値段もお手頃ですよ」なんて声も聞こえています。マツタケのお手頃価格っていくらくらいなのでしょう？

スポーツの秋、食欲の秋、当センターでは今年度から保健師の職員が配置になり、皆様の健康づくりにしてもお手伝いさせていただいておりますので、どうぞご利用下さい。

INDEX

1.研修会の開催予定

2.研修会の様子

3.ご利用案内

4.コラム - 産業保健相談員から -

1. 研修会の開催予定

岩手産業保健総合支援センターでは、産業医、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。ぜひ、ご参加ください。

お申込み・お問合せは、当センターまで、電話 019-61-5366/FAX 019-621-5367
又はホームページ (<http://www.iwates.johas.go.jp/>) のメールフォームからどうぞ。

10月開催

日時、場所	研修テーマ等	実施内容	定員
10月5日(金) 14:00~16:00 盛岡 アイーナ 802会議室	労働衛生対策等研修 テーマ：職業性疾病対策 ①騒音対策・粉じん対策について ②保護具の適正使用について 講師：産業保健相談員 関向 和明 【岩手県予防医学協会 部長 衛生コンサルタント】	騒音対策と粉じん対策について、設備面や保護具の面から障害防止について学びます。	20名
10月15日(月) 13:30~16:30 盛岡 アイーナ 802会議室	カウンセリング研修Ⅲ テーマ：コミュニケーションスキルの習得 「アサーション」その1 講師：産業保健相談員 今松 明子【精神保健福祉士、産業カウンセラー】	2回シリーズの1回目です。アサーションの意味、アサーティブな表現方法などについて学びます。	20名
10月20日(土) 14:00~16:00 盛岡 岩手県医師会館 視聴覚室	産業医研修 テーマ：石綿関連疾患診断技術研修(専門研修) 石綿関連疾患胸部画像の読影実習 講師：東北労災病院 副院長兼アスベスト疾患ブロックセンター長 三浦 元彦 先生 川崎医科大学 総合放射線医学 教授 加藤 勝也 先生	認定産業医限定 の研修会です。	30名
10月29日(月) 13:30~16:30 盛岡 アイーナ 802会議室	カウンセリング研修Ⅲ テーマ：コミュニケーションスキルの習得 「アサーション」その2 講師：産業保健相談員 今松 明子【精神保健福祉士、産業カウンセラー】	2回シリーズの2回目です。ワークを取り入れながらアサーティブな考え方、表現方法、その際の注意点などを学習します。	20名

1 1月開催

日時、場所	研修テーマ等	実施内容	定員
11月7日(水) 13:30~16:30 盛岡 アイーナ 802会議室	労働衛生対策等研修 テーマ：職場における疾病・疾患対策 ① インフルエンザ・ノロウイルス等の感染予防 講師：産業保健相談員 阿部 千恵子【岩手県予防医学協会 課長補佐、保健師】 ② 脳・心臓疾患、腎疾患対策について 講師：産業保健相談員 大澤 正樹【盛岡つなぎ温泉病院 内科診療部長】	インフルエンザとノロウイルス。予防から発生の対応を学びます。健康いわて21プランの再重点課題。今回は脳卒中・心疾患、腎疾患についても学びます。	20名
11月8日(木) 13:30~16:30 盛岡 アイーナ 802会議室	労働衛生対策等研修 テーマ：職場の皆さんに知ってもらいたい健康教育 ① 事業場に必要なお口保健対策 講師：調整中【岩手県歯科医師会】 ② 事業場に必要なお生活習慣病予防 講師：産業保健相談員 山田 恵子【産業カウンセラー】	今回の研修では、普段見落とされがちな口保健も併せて、成人病対策を考えてみます。	20名
11月10日(土) 14:00~16:00 盛岡 岩手県医師会館 中会議室	産業医研修 テーマ：過労死防止対策について ① 過重労働の現状と過労死防止対策の概要について ② 過重労働防止における産業医の役割 講師：岩手労働局監督課 担当官	認定産業医限定 の研修会です。	30名
11月26日(月) 13:30~16:30 盛岡 アイーナ 802会議室	カウンセリング研修Ⅳ テーマ：職場で使えるコミュニケーションスキル「傾聴」その1 講師：産業保健相談員 今松 明子【精神保健福祉士、産業カウンセラー】	「聴く」ことの意味を含め、傾聴の基本を学びます。5回シリーズ	20名

1 2月開催

日時、場所	研修テーマ等	実施内容	定員
12月10日(月) 13:30~16:30 盛岡 アイーナ 802会議室	カウンセリング研修Ⅳ テーマ：職場で使えるコミュニケーションスキル「傾聴」その2 講師：産業保健相談員 今松 明子【精神保健福祉士、産業カウンセラー】	「開かれた質問」「閉ざされた質問」などその使い分けなどについて学びます。	20名
12月20日(木) 13:30~16:30 盛岡 アイーナ 802会議室	産業看護職等研修 テーマ：休職対策 休職中の主治医との関わり方 ① 復職準備と復職後の対応 講師：産業保健相談員 上田 均【もりおか心のクリニック院長、認定産業医】 ② 治療と職業生活の両立(事例検討会) 講師：産業保健相談員 村木 眞樹子【産業カウンセラー、両立支援促進員】	外傷不調で休業している従業員の復職。治療を継続しながら復職につなげる手順について、事例を交えながら学んでいきます。	15名

(注) 研修については、実施内容、講師等について、予告することなく変更する場合があります。当センターのホームページでご確認ください。

2. 研修会の様子



カウンセリング研修(30. 8. 27)
テーマ: カウンセリング研修
～コーチング～
産業保健相談員 今松明子 先生です。



労働衛生対策等研修(30. 9. 14)
テーマ: 自殺予防対策
岩手県働き方改革推進センター 永山智照先生による研修の様子です。



カウンセリング研修(30. 9. 20)
テーマ: 健康診断の事後措置
産業保健相談員 阿部恵美子 先生による研修。

3. ご利用案内

■ 「岩手産業保健総合支援センター」をご利用ください。

≫≫ 「産業保健関係者に対する専門的研修」を実施しております。

岩手産業保健総合支援センターでは、産業医、産業看護職、衛生管理者等を対象として、産業保健に関する様々なテーマの研修を実施しています。研修スケジュールにつきましては、当センターホームページ等でご確認ください。

≫≫ 「個別訪問支援」をお受けしております。(※無料です。謝金・交通費等は一切いただきません。)

メンタルヘルス対策や化学物質対策等の職場環境改善等について専門員が皆様の事業場に直接赴き、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をアドバイスしております。お問い合わせは、当センターまでお願いいたします。

≫≫ 「治療と職業生活の両立支援」をご利用ください。

「がん」などの長期治療が必要な労働者が、就労を継続するために必要なアドバイス等について、事業場・労働者に対する専門的相談や個別訪問支援を行います。出張相談窓口も開設しております。お問い合わせは、当センターまでお願いいたします。

≫≫ 「産業保健関係助成金」をご利用ください。

平成29年度から「産業保健関係助成金」のメニューが拡充されました。詳しくは、[「産業保健関係助成金」](#)で検索してください。

岩手産業保健総合支援センター

電話 019-621-5366 / FAX 019-621-5367

URL <http://www.iwates.johas.go.jp/> E-mail iwate@iwates.johas.go.jp



■ 「地域産業保健センター」をご利用ください。

≫≫ 地域産業保健センターでは、労働者50人未満の事業場を対象に、健康相談、長時間労働者の面接指導、ストレスチェックの高ストレス者の面接指導を無料で行なっています。また、健康対策等の御相談について直接事業場の状況を見ながら、改善のアドバイスも行っています。お問い合わせは、お近くの各地域産業保健センターまでお願いいたします。

【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 宮古市医師会内	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 釜石市医師会内	0193-23-9966
□遠野窓口	028-0522	遠野市新穀町 1-11 とぴあ2階 遠野市医師会内	0198-62-9182
□花巻地域産業保健センター	025-0075	花巻市花城町 3-3 渡邊花巻ビル2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 気仙市医師会内	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 二戸市医師会内	0195-23-4466
□久慈窓口	028-0056	久慈市中町 1丁目 37番地久慈市役所便所2階 久慈市医師会内	0194-53-0114