

「新たな年に向けて」

産業保健相談員 村木 眞樹子

新年あけましておめでとうございます。  
働く皆様にとってご家族ともに希望に満ちた良き年でありますよう心からお祈り申し上げます。  
今回は、私の担当する「治療と職業生活の両立支援」促進員の活動についてご紹介したいと思います。  
厚生労働省では、平成25年度より「治療と職業生活の両立支援対策事業」を実施し、疾病を抱える労働者の就労継続支援に関する啓発活動を進めていることはご承知のとおりですが、さらに、治療と職業生活の両立が可能な職場づくりに向けてモデル事業を実施し、その検討結果を踏まえ、職場で両立支援対策を検討する際のポイントが示されました。

ご紹介する前に、実際に担当した事例から感じたことなど述べたいと思います。  
最初の事例は、血液疾患と診断され、1年8か月に及び入院生活を送っていた女性でした。退院されても体調がすぐれず退職に至り、現在は就職して間もない息子さんと2人暮らしでした。「息子に迷惑をかけているのがとてもつらい。一日も早く仕事に就きたい。」と話され、体調もまだ十分ではなく、心身共につらい状況にあることが推測されました。その中で印象的だったのは、「長い闘病生活を支えたものはどんなことでしたか？」と訊ねたところ、「職場の上司が『2年間待つよ。心配しないで療養して戻ってこいよ』と言ってくれたことです。それがあったから長い闘病生活に耐えることができました。」と語っていたことでした。話し合う中で、「自分が生きていたいということに気づきました。療養に専念して健康を取り戻すことが先ですね。体調を見ながら数時間でも働けたらいいですね。」と話し、すっきりした様子で帰っていかれました。

また、最近の事例では、40代の男性でしたが、「どうしても職場にがんだと知られたくない。仕事ができないと思われたらやめなくてはならないから。」と言って支援を拒否されました。どのような支援ができるかを丁寧にお話したのですが個別支援には同意されたものの事業所や医療機関との調整といった支援には同意されませんでした。ご家族は、職場に話すように説得していましたが、最後まで「自分からは言えない。」と頭を抱えて混乱した状態でした。厳しい職場環境であることも想像に難しく、その先の見通しがつくまで治療に専念し、それからでも対応を一緒に考えましょと、お伝えして一旦お帰りにになりましたが、その後来談されることはありませんでした。その後どうしているのでしょうか。

今、日本人の2人に1人ががんになるといわれ、がんは決して他人事ではありません。それでも多くの方は自分がかんになるとは思ってはおらず、がんと診断されて初めて“がん”が身近な病気だったんだと気づきます。その時、本人も家族も非常なショックを受け、時には「もうだめだ、死ぬんだ!」と、何もかも失ってしまうといった恐怖感や喪失感に圧倒され、これからの生活や人生を考えられなくなる方もいます。

「自分がかんと診断されたその人の立場だったら」と考えるとき、私たちはごく自然に手を差し伸べようとするのではないのでしょうか。困った時はお互い様よね、と思いやれることが「この会社で働けてよかった。よし、会社や同僚のためにも頑張ろう」という思いを強くします。「働く」ことは「生きる」ことにつながり、また、「居場所がある」ということは「安心」につながります。そのつらさをわかってくれる人が一人でもいれば、人は何とか生きていけます。生きる意欲・力が湧いてきます。

最初の事例にあった「待ってるよ」と言ってくれた上司の言葉が女性の生きる力、支えとなったということからも、人は安心な居場所があって働き続けることができるという希望があると、どんな結果であっても「よく頑張ってきたなあ」と、自分の人生を肯定的に受け止めることができるようになって感じました。

定年が延長し、再雇用制度が利用できるようになりましたが、高齢になるほど病気を抱える人が増えていきます。がんに限らず、脳血管疾患、心疾患、糖尿病、肝臓疾患、難病や後遺症などの疾患を抱えて働く人にとって、安心して働き続けられることは、その人の生きがいであり、生きる支えとなり、豊かな人生へとつながります。また、会社にとってなくてはならない人材=人財を失うことなく、その経験をお互いが共有できることにより、より健康的で働きやすい職場づくりに役立つと思います。

医学の発展により生存率も向上し、働く意欲と能力があれば働き続けることも可能な時代であると知ることが大事だと思います。「がん=死」という偏見を払拭し、自分がその人の立場だったら“どんな助けがほしいのか、何ができるのか”を一緒に考え、伝えていけたらいいと思っています。支援者は、当事者の行動に理解を示し、寄り添い、支えていく役割です。多くのサポーターが、時には当事者と入れ替わりながら、自分の人生を、社会をともに作っていく。両立支援をきっかけに、安心して満ちた社会が広がっていくことを願って私たちは微力ながらも活動を続けようと思っております。

# 岩手産業保健総合支援センターだより

平成31年1月1日発行 No.36



新年あけましておめでとうございます。本年も岩手産業保健総合支援センター並びに地域産業保健センターをよろしくお願い申し上げます。

本年はラグビーワールドカップが開催され、釜石鵜住居復興スタジアムではフィジーVS ウルグアイ、ナミビアVS カナダの試合が開催されます。楽しみにしている方も多いのでは。

また、昨年の通常国会で成立した働き方改革関連法が4月1日から施行されます。5月には元号改正も行われ、まさに働き方改革元年となりそうですね。

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。

### 1月開催

日時、場所	研修テーマ等	実施内容	定員
1月18日(金) 13:30~16:30 盛岡 アイーナ 802 研修室	<b>労働衛生対策等研修</b> テーマ：精神障害の対応1 ①精神障害とは、職場における接し方 ②職場におけるうつ病への対応 講 師：産業保健相談員 青木 慎一郎 【岩手県立大学 健康サポートセンター 特任教授】	精神障害とは何か、どのように対応したらよいかをテーマに2回シリーズで開催します。1回目は職場での「うつ病」について考えていきます。	20名
1月21日(月) 13:30~16:30 盛岡 アイーナ 802 会議室	<b>カウンセリング研修Ⅳ</b> 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3) 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】	5回シリーズの3回目です。相手が何を考えているか、何を相談したいのかをお互いに確認、理解することが必要、その手法について研修します。	20名

### 2月開催

日時、場所	研修テーマ等	実施内容	定員
2月8日(金) 13:30~16:30 盛岡 アイーナ 802 会議室	<b>労働衛生対策等研修</b> テーマ：精神障害の対応2 ①精神障害とは、職場における接し方 ②職場における発達障害への対応 講 師：産業保健相談員 青木 慎一郎 【岩手県立大学 健康サポートセンター 特任教授】	精神障害とは何か、どのように対応したらよいかをテーマに2回目は、職場での「発達障害」について考えていきます。	20名

## 2月開催

日時、場所	研修テーマ等	実施内容	定員
2月18日(月) 13:30~16:30 盛岡 アイーナ 802会議室	<b>カウンセリング研修Ⅳ</b> 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4) 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】	5回シリーズの4回目です。これまで受講されていない方でも受講できます。	20名
2月20日(水) 13:30~16:30 盛岡 アイーナ 802会議室	<b>労働衛生対策等研修</b> テーマ:働きやすい職場環境づくり ①ストレスチェック結果に基づく職場環境改善 講師:産業保健相談員 山田 恵子 【看護師、産業カウンセラー】 ②治療と職業生活の両立(事例検討) 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】	ストレスチェックの結果をどのように活かしたらよいか、職場環境改善の進め方に関する研修会を追加開催します。ストレスチェックの活用にお悩みの方はぜひご参加ください。	20名
2月23日(土) 13:30~16:00 盛岡 アイーナ 817会議室	<b>産業看護職研修/産業看護部会研修</b> テーマ:(仮)事業場における治療・職業生活の両立支援(取り組み状況) 講師:萩野 とも子 【産業保健専門職】	詳細は、決まり次第、ホームページに掲載します。	産業看護職限定

## 3月開催

日時、場所	研修テーマ等	実施内容	定員
3月4日(月) 13:30~16:30 盛岡 アイーナ 802会議室	<b>カウンセリング研修Ⅳ</b> 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5) 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】	5回シリーズ「傾聴」の最後の研修です。これまで受講されていない方でも受講できます。	20名
3月16日(土) 14:00~16:00 盛岡 岩手県医師会館 4階 ホール	<b>産業医研修</b> テーマ:働き方改革関連法改正について ①労働時間関連法の改正について 講師:産業保健相談員 神田 永子 【社会保険労務士】 ②産業医関連法令の改正について 講師:産業保健相談員 関向 和明 【岩手県予防医学協会 部長 労働衛生コンサルタント】	認定産業医限定 の研修会です。	50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



産業医研修(30. 10. 20)  
テーマ:石綿関連疾患胸部画像の読影実習  
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 元彦先生による研修の様子です。



労働衛生対策等研修(30. 11. 7)  
テーマ:インフルエンザ・ノロウイルス等感染予防  
産業保健相談員 阿部 千恵子 先生による  
研修の様子です。



カウンセリング研修(29. 11. 26)  
テーマ:カウンセリング研修Ⅳ 傾聴(その1)  
産業保健相談員 今松 明子 先生による  
研修。ワークの様子です。

## 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等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](mailto: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
□遠野窓口	028-0522	遠野市新穀町 1-11 とびあ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
□久慈窓口	028-0056	久慈市中町 1丁目 37番地久慈市役所便所舎 2階 久慈医師会内	0194-53-0114