

# 岩手産業保健総合支援 センターだより



令和6年1月1日発行 No.56

2024年が始まりました！今年も岩手産業保健総合支援センターをよろしくお願いいたします！

今年の干支は、辰年ということで、その干支の話をしていた際、先輩からこんな話を聞きました。“辰とはすなわち龍。これまで努力してきたことが実を結ぶ年になるはず。目指す目標にスピード感を持って近づける成功の年だよ。だって龍はぐんぐん天空に昇るじゃない。”と教えてもらいました。

皆さまの日々の努力が大きな実を結ぶ年になることを願って！もしお困りのことがございましたら、産業保健スタッフ等の皆さまを岩手産保センターがサポートいたします！ぜひ、お問い合わせくださいませ😊（コバ）



■【集合形式】の研修会にご参加について、感染症予防の観点から、当面の間、以下の事項にご留意ください。また、今後の状況によっては、研修会に参加される皆様の健康・安全面を考慮し、延期又は中止となりますので、開催の有無につきましてはホームページ等でご確認ください。

- ・受講者の定員の2倍以上を収容できる会場を確保しております。
- ・座席は指定し、座席間の距離を離します。
- ・研修会場には手指消毒液を設置します。入場前には、手指の消毒をお願いします。
- ・研修会場内ではマスクの着用をお願いします。（マスクはご持参ください。）
- ・発熱・咳など風邪症状のある方、体調の思わしくない方は参加をお控えください。
- ・【会場参加】でお申込みの皆さまへ「受講票」をお送りします。ご記入の上、研修日にご持参いただきますようお願いいたします。



（※様式は変更する場合があります。）

※感染症対策において、研修会場の施設管理者、又は保健所等関係機関から参加者名簿の提供を求められた場合には、参加者名簿を提供することとなりますので、受講はその同意が得られる方に限ります。

※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。



## 研修会の様子



# 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、治療と仕事の両立支援に関する研修会を**“無料”**で開催しております。ぜひ、ご参加ください。

研修会のお申込みは、ホームページ (<https://www.iwates.johas.go.jp/#training-app-form>) の研修申込フォームからどうぞ。

お問い合わせは、当センター **電話 019-621-5366** まで。



## ★ 1月・2月開催

日時、場所	研修テーマ等	実施内容	定員
1月12日(金) 13:30～16:30 盛岡 アイーナ8階 802会議室	<b>労働衛生対策等研修</b> テーマ：メンタルヘルス対策5の1 <b>精神障害の特徴と対応1（精神医学の基礎知識）</b> ①うつ病 ②双極性障害 ③統合失調症 講師：産業保健相談員 青木 慎一郎 【岩手県立大学名誉教授、認定産業医、 労働衛生コンサルタント】	障害の概要、グレーゾーン事例への適応支援。成功事例・成功要因や支援のポイントについて。 うつ病、双極性障害、統合失調症の特徴と対応方法について研修を行います。	会場 10名 Web 10名
1月22日(月) 13:30～16:30 盛岡 アイーナ8階 802会議室	<b>カウンセリング研修IV</b> テーマ：【傾聴】その5 「 <b>矛盾や不一致な言動について自己吟味させるスキルを身につける</b> 」 講師：産業保健相談員 今松 明子 【今松メンタルヘルスケア事務所所長、精神保健福祉士】	「傾聴」の最終回です。基本スキルとしての傾聴の技法などのとりまとめと、相手が自分自身に対する理解を深め、前向きな言動がとれるようになるようなスキルが中心となるカウンセリング全般のとりまとめについて学習します。	会場 10名 Web 10名
2月9日(月) 13:30～16:00 盛岡 アイーナ8階 802会議室	<b>労働衛生対策等研修</b> テーマ：メンタルヘルス対策5の1 <b>精神障害の特徴と対応1（精神医学の基礎知識）</b> ①適応障害と不安障害 ②発達障害 講師：産業保健相談員 青木 慎一郎 【岩手県立大学名誉教授、認定産業医、 労働衛生コンサルタント】	障害の概要、グレーゾーン事例への適応支援。成功事例・成功要因や支援のポイントについて。 適応障害と不安障害、発達障害の特徴と対応方法について研修を行います。	会場 10名 Web 10名
2月14日(水) 14:00～16:30	<b>両立支援コーディネーターのためステップアップ研修</b> セミナーテーマ： <b>事例をもとに両立支援の具体的な進め方をグループワーク方式により習得いただけます。</b> ①東北労災病院からの事例報告 講師：東北労災病院 野村 良平 先生 【肝胆脾外科部長兼 東北労災病院 治療就労両立支援センター 両立支援部長】 講師：東北労災病院 羽根田 祥 先生 【第2大腸肛門外科部長兼 東北労災病院 治療就労両立支援センター 両立支援副部長】 ②各県企業からの事例紹介 健康経営における両立支援の取組みについて ③グループワーク	<b>※両立支援 コーディネーター限定</b> 宮城：2024.1.20（土） 9：30～12：00 山形：2024.2.7（水） 14：00～16：30 岩手：2024.2.14（水） 14：00～16：30  お申込みについては、産保センターにお問い合わせください。	Web 各20名



2023年12月13日開催研修（会場・Web）

～みんなで取り組もう～

# 治療と仕事の両立支援のすすめ【交流会】

過日12月13日に「治療と仕事の両立支援のすすめ」を会場とWebのハイブリッド形式で開催しました。約20名の参加者は、日頃から両立支援に携わる労務担当者、衛生管理者、医療ソーシャルワーカー、保健師など多職種の方達で、当センター所属、高橋久美子両立支援促進員からの助言や先進的に取り組みを行っている事業所代表として、社会福祉法人カノンの園 佐藤真名様からの事例の講演を聞いた後、グループに分かれた交流会で日頃の思いや情報交換などを活発に行い、大いに盛り上がりました。

高橋両立支援促進員は、労働者（患者）に対し、事業所と医療機関のそれぞれから支え合う取組みが大切と切り出し、支援内容は一人ひとりオーダーメイドであると話しました。治療開始前に4割が離職を決断しているという衝撃的な話を基に「早まって辞めないで！」と双方から伝えてほしいと強調。また、佐藤様からは、両立支援をいち早く取り入れ運用している理由として「心身の健康・経済的な安心感を保証することは、職員の『やりがい』や『使命感』といった誇りをもち続けて働くことにつながる大事な要素だから。」とし、自社での就業規則作り、職員が働きやすい環境づくり、職員への保証内容など具体的な取組みについてお話しされました。

グループワークでは、「事業所、医療機関、支援機関といった様々な立場の中で思い思いに話をすることができてよかった！」「病院の敷居が高いと思っていたけど相談しやすいことが分かった」「産保センターをもっと活用したい」との感想をいただきました。

個人的な感想としては、佐藤様の「取り組みの第一歩として、従業員の愚痴を聞いてあげることが実はとても大事なのです。」と言われた穏やかな微笑みがとても印象的でした。

『我が社でも両立支援を取り組みたいけど、どうすれば？』とお考えの皆さま、来年度も、楽しく分かりやすい研修を企画しておりますので、ぜひお申込みいただきたいと思います。

広い岩手県に於いて、Webから参加できるということも好評をいただいております。今回はWeb上でのグループワークを『ジャムボード』というデジタルホワイトボードツールを使用し、現場での対話に近い感覚でディスカッションしていただきました。Web参加も楽しいですので、ぜひお越しください。お待ちしております。



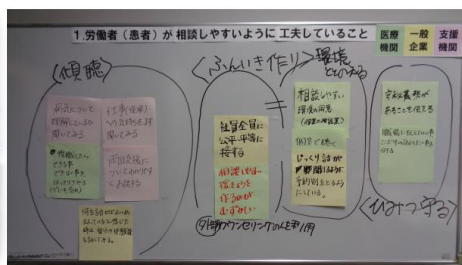
講師：高橋 久美子



講師：佐藤 真名



グループワークの様子



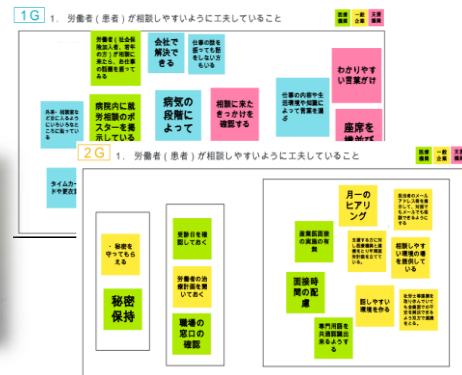
グループワーク（会場）



会場・WEB全体でのディスカッション



会場・WEB設備の様子



グループワーク（WEB）



# 配信による研修会

## 1.Web配信について

- ・Zoomミーティング、CiscoWebexを使用し、配信いたします。
- ・参加者の定員が決まっておりますので、定員になり次第、受付終了とさせていただきます。
- ・受講には、インターネットに接続できるパソコン・スマートフォン等、マイク・カメラ・スピーカー（パソコン等に内蔵されているもので可）、メールアドレスが必要になります。
- ・受講方法等の詳細については、受講申込受付後、受講者あてメールにてお知らせします。よくご覧になっていただきまして、ご参加願います。

## 2.注意事項

- ・配信した音声・映像の録音・録画は、禁止とします。これらの行為は著作権侵害に当たり得るとされています。
- ・インターネット通信にかかる費用は、受講者負担となります。
- ・研修資料は用紙での提供になり、電子データは配布いたしません。郵送をするため、研修日にお手元に届かない場合がございます。
- ・Web配信に必要なWebブラウザ、アプリ以外のソフトウェア（ウイルス対策ソフトを除く）の起動（操作）はお勧めしません。Webカメラのフリーズやパソコンのフリーズの原因になります。

### ★初めてWeb研修会に参加される方へ★

研修会の前日などに【通信テスト】を行っています。ご不安な方は、【通信テスト】に参加していただくことで、当日、不安なく受講することができますので、お気軽にご参加ください♪

## カウンセリング研修会 Web参加される方へのお願い



※Webカメラはオン、マイクで発言できる環境で参加してください。

カウンセリング研修はコミュニケーションスキルの習得を目的としています。講師から会場・Web参加の皆さまにお声がけをし、発言していただくことにより、感じたことの共有、「シェアリング」を行っています。

講師とのコミュニケーションや参加者同士のコミュニケーションをすることで、さらに理解を深められる研修となります。

研修の受講をご希望される皆様には、ご理解とご協力をお願いいたします。

## 2. ご利用案内



◆ 「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、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」対象に産業保健に関する様々なテーマの研修を“無料”で実施しています。

また、【Zoom】・【Webex】を使用したWeb配信も行っております。  
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。

◆ 「共催研修」のお申込みを受け付けております。

同業種、地域、関連事業場など複数事業場からのお申込みにより、講師を派遣します。

詳しくは、当センターまでお問い合わせください。



◆ 「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しません。)

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。



◆ 「治療と仕事の両立支援」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。



独立行政法人労働者健康安全機構

# 岩手産業保健総合支援センター

電話 019-621-5366 / FAX 019-621-5367

URL <https://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、労働者数50人未満の産業医の選任義務のない小規模事業場の事業者やそこで働く人を対象として、健康診断の結果についての医師からの意見聴取、長時間労働者やストレスチェックに係る高ストレス者に対する面接指導、個別訪問による産業保健指導の実施、労働者の健康管理（メンタルヘルスを含む）に係る相談等の産業保健サービスを“無料”で行っています。

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】

センター名	所在地	電話・FAX番号	管轄地域
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 019-651-9822	盛岡市 滝沢市 八幡平市 岩手町 葛巻町 雫石町 矢巾町 紫波町
宮古地域産業保健センター	宮古市西町一丁目6-2 宮古医師会館内	TEL 0193-62-5880 FAX 0193-62-1109	宮古市 山田町 岩泉町 田野畑村
釜石・遠野地域産業保健センター (釜石窓口)	釜石市中妻町3-6-10 釜石医師会館内	TEL 0193-23-9966 FAX 0193-21-1215	釜石市 大槌町
釜石・遠野地域産業保健センター (遠野窓口)	遠野市新穀町1-11 遠野市医師会内	TEL 0198-62-9182 FAX 0198-62-9184	遠野市 (宮守町除く)
花巻地域産業保健センター	花巻市花城町3-3 花巻市医師会内	TEL 0198-22-3881 FAX 0198-22-2016	花巻市 北上市 西和賀町 金ヶ崎町 遠野市のうち宮守町 奥州市のうち 水沢 江刺 胆沢
一関地域産業保健センター	一関市大手町3-40 一関市医師会内	TEL 0191-23-5110 FAX 0191-23-9955	一関市 平泉町 奥州市のうち衣川 前沢
気仙地域産業保健センター	大船渡市盛町字内ノ目6-1 気仙医師会内	TEL 0192-27-6700 FAX 0192-26-2429	大船渡市 住田町 陸前高田市
二戸・久慈地域産業保健センター (二戸窓口)	二戸市福岡字八幡下11-1 二戸医師会内	TEL 0195-23-4466 FAX 0195-23-4466	二戸市 一戸町 軽米町 九戸村
二戸・久慈地域産業保健センター (久慈窓口)	久慈市中町1-67 久慈医師会内	TEL 0194-53-0114 FAX 0194-53-0541	久慈市 洋野町 野田村 普代村

\*\*\*\*\*

# 岩手産業保健総合支援センター【実地相談】活動事例

\*\*\*\*\*

岩手産業保健総合支援センターでは、県内の事業場を対象に様々な支援活動を実施しています。

その中から、産業保健相談員・労働衛生工学専門員による【**実地相談**】についてご紹介します。

産業保健相談員・労働衛生工学専門員による実地相談とは、有機溶剤等の化学物質や、粉じんなどの有害物質の取扱い作業、騒音、暑熱、酸欠などの有害な作業環境下での作業などを有している事業場からのご要望に応じて、作業環境管理や作業管理、労働衛生管理体制などについて、労働衛生コンサルタントや作業環境測定士の資格を有する労働衛生工学専門員が事業場に訪問させていただき、事業場の具体的な状況を把握した上で、専門的な助言・指導を行う支援活動です。

今回のご相談は精密機器を製造している事業場から、特定化学物質（管理第2類物質）を取り扱う屋内作業場の作業環境の改善に関する内容でした。

## ●相談内容

特定化学物質（管理第2類物質）を取り扱う屋内作業場で発散源を抑制するための具体的な方法について提案していただきたい。

## ●支援内容

事業場に訪問し、担当者から相談内容の詳細や相談に至る経緯の説明を受けました。事務所では対象物質にかかる安全データシート（SDS）や関係資料を確認し、その後、現場確認を行いました。

なお、現場確認に先立ち、化学物質の工学的対策の優先順、換気の種類と費用・効果、局所排気装置の構造要件、換気方法やフードの種類におけるメリット・デメリット等について、資料を基に説明を行いました。



## ●現場の確認

作業場では製品の化成処理（**表面に耐食性や塗料の密着性を上げる為の元の素材の性質とは違った被膜を形成させる処理**）が行われており、換気設備は換気扇1基が設けられていました。

作業は鑄造後の製品をカゴに入れて、天井に設置しているクレーンで移動しながら6つ処理槽に順次浸していくもので、4番目の処理槽で特定化学物質（管理第2類物質）が使用されていました。処理槽の大きさは縦1.6m、横1.3m、高さ1mでした。



## ■助言・指導の内容

プッシュプル型換気装置については、対象の1槽のみを挟むように、若しくは6つの全ての槽を挟むように設置（初めの1槽目に給気、最後の6槽目に排気）する案や局所排気装置については対象槽の上側（縁）を包囲あるいは挟むようにスリット型の外付け式フードを設置する案を助言・指導しました。また、設備改善の効果を確認・検証するため、設置前と設置後の気中濃度測定の実施について助言しました。

事業場の担当者からは、懸案であったクレーンの移動に支障なく局所排気装置若しくはプッシュプル型換気装置を設置できることで提案内容に理解を示していただきました。





## 喫煙室に 代わるものは？

産業保健相談員

青木 慎一郎（産業医学）

【岩手県立大学名誉教授、認定産業医、  
労働衛生コンサルタント】

喫煙は健康管理上好ましくないと考えていることを最初にご書いておきます。私は推進してきた立場ですが、禁煙推進の結果、少し前までは喫煙室が喫煙の許される唯一の場となっていました。しかし、最近では全面禁煙となり喫煙室も取り去られるようになっていきます。盛岡市中心部を流れる中津川を昼時に歩いていると「与の字橋」や「中の橋」の橋の下が、近くに勤める方たちの喫煙場所になっているのを見かけます。

かつては、喫煙室が職場のストレス発散の場であったようです。私は喫煙の習慣がないこともあり気がつきませんでした。先日、ある来談者が話していました。以前は、仕事に疲れると少しの時間、喫煙室へ行くことで気分を変えていたということです。その喫煙室が全面禁煙のためになくなってしまったと嘆いていました。かつての喫煙室では、上司や同僚、そして部下とも気軽に話ができたいらしいのです。デスクにいて休むのは周りの目もあるので、なかなかのんびりできないということでした。仕事に疲れたら少しくらい休んでもいいはずなのですが…。喫煙室であれば仕事についても特に非公式の情報を入手することができたのではないかと思います。相談・指導というような正式・大げさではないような。新入社員や異動してすぐという場合等では職場の様子を知るための良い機会にもなったでしょう。

飲み会もノミネーションと呼ばれ非公式の情報を得る場でした。コロナ以後は、強く誘えなくなったということもあり低調のようです。また、かつての飲み会は不得意の方もおられました。以前の来談者の話ですが、飲み会というのは話をすることが要求される場で、それが苦痛だということでした。例えば、上司や先輩の席をまわって酒をつぎながら次々に話していかなければならないことを悩んでいました。かつては、和式の宴会が多く、食膳を座敷全体に大きく四角形に並べて、その内側に入った新入社員や先輩が順番に食膳を回って行って酒をつぎ、一人ずつ何かを話していくという決まりでした。私は歳をとってからは待っている方でしたし、また、以前とは違い、ほとんどの宴会はテーブルを囲む立食形式になっていました。それでも会話に気をつかうことはありました。

その点、喫煙室なら黙っていたとしてもあまり問題はなかったでしょう。また、喫煙室は和式の宴席のように席順が上下で決まっているというような儀式的なことは無かったでしょう。他部門の方達とも話す機会にもなったと思われれます。もしかすると、喫煙室は職場で少しだけ悪いことをしている仲間どうし…というような雰囲気をかもし出す反儀礼的な空気があったのかもしれない。職場のメンタルヘルスにとっては、非公式情報を得られるある程度私的な会話の場、しかもあまりストレスを及ぼさない程度のもので必要なのではないでしょうか。喫煙室に代わるような良い場所はないのでしょうか。

