

岩手産業保健総合支援 センターだより

令和7年4月1日発行 No.61



2025年度の研修会は、5月からスタートします。5月研修会のお申し込みは、4月より開始しました。最新情報は、センターホームページをご確認ください！毎月20日頃に配信しておりますメールマガジンにも最新情報を掲載しているので、ご登録がまだの方は、申込みをお待ちしております！

ご希望が多かったメンタルヘルスに関する研修会を数多く計画しており、各分野の専門の先生から様々な視点・角度により講話いただきます。他県から講師の先生をお呼びしたり「理学療法士による運動指導」「管理栄養士による栄養指導」「支援プログラム（SAT-Gライト）を活用したギャンブル等依存症支援」等、これまでとは異なったテーマの研修会を開催します。研修会へ参加いただくことが、産業保健スタッフの皆様の活動のヒントになることを期待しています。ぜひ、お申込みをお待ちしております。なお、当センターが開催する研修会は全て“無料”です。「会場参加・Web参加」のハイブリッド形式で開催いたします。ご希望の参加形式でお申し込みください。また、ロールプレイング方式等の参加型研修会はオンラインシステム上でも開催しております。操作など不安な方は、事前に操作の説明をいたしますので、お気軽にお問い合わせください。

■ 『会場』での研修会ご参加について ■

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、延期又は中止とする場合がありますので、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。

1. 受講票は、受講当日の受付時に確認いたしますので、ご持参願います。

(スマートフォン・タブレット画面表示可。)

※「産業医研修会」について

令和7年度産業医研修会につきまして、受付手続き等について準備を行っております。

募集時期や申込方法、受講票など決まりましたら、ホームページ・メルマガ等でお知らせいたします。

2. 研修会場内ではマスクの着用は任意としますが、研修会の開催形態によっては、マスク着用をお願いする場合がございます。(※講師がマスクを外して講義する場合があります。)

3. ご参加される際は、体温調整しやすい服装でお越しください。
(各会場につきまして、空調設備が十分に機能しない場合があります。)



※当日は体調確認の上、ご参加ください。

【重要なお知らせ】認定産業医のみなさまへ

令和7年4月以降、日本医師会認定産業医研修会につきましては、医師会会員情報システム(MAMIS:マミス)が導入されることとなりました。当センター主催の産業医研修会につきまして、以下のとおりお知らせしますのでご承知おきください。

(1) 産業医単位の取得について

令和7年度4月以降に開催される産業医研修会につきましては、産業医単位取得のためには、MAMIS上でのマイページ登録が必須となります。マイページ登録がお済みでない状態で研修会を受講された場合、取得した単位がMAMISに登録されません。また、単位シール、修了証、受講確認書等の配付は認められておりません。また、MAMISでの単位付与手続きのため、お申込み時に受講者の「漢字氏名」、「フリガナ」、「生年月日(西暦)」、「性別」、「医籍登録番号」を入力していただくこととなりますので、ご理解いただきますようお願いいたします。なお、現在必須入力項目である「電話番号」、「メールアドレス」に誤りがあると、登録時の不具合の発生の際に受講者本人と連絡が取れず、取得した単位を登録できないことがありますので、十分にご注意くださいをお願いいたします。

(2) 産業医研修会の募集開始時期について

令和7年度の産業医研修会につきまして、受付手続き等について準備を行っております。募集時期が決まりましたら、ホームページ、メールマガジン等にてお知らせしますので、もうしばらくお待ちください。

■ MAMISの登録に関するお問い合わせ先 ■ 【医師会会員情報システム運営事務局】

inquiry@mamis.med.or.jp

0120-110-030 平日 10:00~18:00 土日祝、年末年始を除く平日

お問い合わせフォーム <https://mamis.med.or.jp/contact/>



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。

※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。



■ 5月開催

日時・場所	研修テーマ・実施内容	定員
5月13日(火) 13:30~16:00 盛岡 アイーナ8階 802会議室	<p>労働衛生対策・メンタルヘルス対策研修</p> <p>1.産業保健スタッフ必見！労働問題とハラスメントの対応策 講師:岩手労働局 雇用環境・均等室 労働紛争調整官 芳賀 雄輔</p> <p>2.メンタル不調を見逃さない！早期発見と職場でできる支援策 講師:産業保健相談員 山田 恵子【看護師、産業カウンセラー】</p> <hr/> <p>◆ 岩手労働局と県内の労働基準監督署には「総合労働相談コーナー」が設置されており、解雇、労働条件、募集・採用、いじめ・嫌がらせ、セクシュアルハラスメント等を含めた労働問題に関するあらゆる分野の相談を、専門の相談員が電話・面談で受けています。産業保健の分野では、メンタルヘルス不調者の休業や復職、治療と仕事を両立させるための勤務時間の短縮や賃金の減額など、労働問題につながる事が多くあり、お悩みを持つ産業保健スタッフも多くいると思います。研修では、労働局の担当者から、相談・解決事例と予防対策、産業保健 スタッフが知っておきたい労使間トラブルについて詳しく説明いたします。他社の相談事例や解決事例を知り、自社の労働問題の解決や予防に活しましょう。</p> <p>◆ 「5月病」とは正式な病名ではありませんが、新年度の環境の変化によって心や体に不調をきたす状態を指し、主にストレスが原因で起こり、新入社員や新たな職場・環境で働き始めた方に多くみられると言われています。研修では、新入社員や若年層のメンタル不調の兆候の見極め、メンタルヘルス不調とその要因、不調を見逃さない観察ポイント、仕事の負荷の管理や適切なコミュニケーションの取り方、上司としての相談対応スキルを学べます。新入社員のメンタルヘルス対策や管理者として必要なメンタルヘルス対策を学びたい方に、特におすすめの研修です。</p>	会場 10名 Web 10名
5月15日(木) 13:30~16:00 盛岡 アイーナ7階 702会議室	<p>労働衛生対策・メンタルヘルス対策研修</p> <p>1.職場で備える！ハチ刺され・蛇かまれの予防と応急対応 講師:産業保健相談員 中屋 重直【認定産業医、労働衛生コンサルタント】</p> <p>2.職場で防ぐ熱中症！予防・対応・応急処置の実践研修 講師:産業保健相談員 大塚 尚寛【岩手大学名誉教授、工学博士】</p> <hr/> <p>◆ 昨年、岩手県内の草刈り作業現場で、作業者が左上腕部をハチにさされ、蜂刺症により死亡する労災が発生しました。重篤なアレルギー反応を起こすおそれがある方が蜂に刺された場合、特に2回目以降はアナフィラキシーショックを起こし、死亡する危険があります。ハチ刺されによる死亡災害を防止するためには、ハチに刺されることを防ぐことに併せ、重いアレルギー反応を起こすリスクが高い方に事前に医療機関で蜂アレルギーの検査または診察を受け、自己注射器（エピペン）を携帯させる必要があります。ハチアレルギーについて、また、アレルギー検査やポイズンリムーバとエピペンの使用デモ等について、認定産業医・労働衛生コンサルタントである講師から詳しく説明しますので、林業関係者はもちろん、屋外で作業を行う会社のご担当者の方など、幅広い業種の参加者をお待ちしております。また、蛇かまれの予防と応急対応についてもご説明します。</p> <p>◆ 全国の職場における熱中症による死亡災害は、ここ数年30人を超えて発生しています。熱中症による死亡者の約7割は屋外作業で、そのほとんどが「初期症状の放置・対応の遅れ」が原因で、死亡に至ったとされています。このような状況から、厚生労働省では、労働安全衛生規則を改正し、職場で熱中症の自覚症状やそのおそれがある人を早く見つけて適切な対策を取ることを、令和7年6月から義務づけることとしています。研修では、規則の改正内容はもとより、熱中症の初期対応の遅れが重症化を招くリスクを解説します。冷水・アイススラリーによる冷却法やブレーキングの活用、発症時の応急マニュアルを学び、職場の熱中症対策を強化しましょう！</p>	会場 10名 Web 10名
5月19日(月) 13:30~16:30 盛岡 アイーナ8階 802会議室	<p>相談対応スキルアップ研修</p> <p>「傾聴 その1」（3回シリーズ 1回目）</p> <p>★初心者のための相談対応スキルアップ研修 ～傾聴スキルを学ぶ～</p> <p>講師:産業保健相談員 今松 明子【精神保健福祉士、今松メンタルヘルスケア事務所 所長】</p> <hr/> <p>◆ メンタルヘルス対策担当者向けの基礎的な研修で、3回シリーズの1回目の研修です。3回連続でのご参加をお勧めします。研修は、人事労務担当、衛生管理者、上司として、部下や社員の悩みを受け止められる「良い聞き手」となるための基本的な傾聴スキルを、ロールプレイ方式を取り入れた実践的な内容で行います。傾聴は、管理職等部下を持つ方には必須のスキルで、話を聴くときに重要なことは、先入観を持たないで「本気で聴く」ということです。傾聴を実践するためには、知識を基にしたスキルが必要ですが、多くの方は、自らの経験を基に自己流で対応されているのではないのでしょうか？傾聴スキルを学ぶことができる貴重な研修会ですので、「傾聴の方法や注意点を学びたい方」、「初めて部下を持つ管理職」、「事業主」等幅広い方のご参加をお待ちしています。</p>	会場 10名 Web 10名

会場では、「練習用エピペン®トレーナー」を使った自己注射器の実演練習を行います！

■ 6月開催

日時・場所	研修テーマ・実施内容	定員
6月12日(木) 13:30~16:00 盛岡 アイーナ7階 702会議室	労働衛生対策・メンタルヘルス対策研修 1. 産業医を最大限に活用！効果的な連携で職場の健康管理を強化 講師：産業保健相談員 茂木 隆 【(公財)岩手県予防医学協会 産業保健総合支援部長、認定産業医、医学博士】 2. 衛生委員会の活性化！職場の健康と環境を改善する運営術 講師：産業保健相談員 神田 永子【社会保険労務士 神田社会保険労務士事務所 所長】 <hr/> ◆ 産業医は選任しているけど、健康診断診断結果を見てもうらただけで、職場巡視は年に1回…。 産業医には具体的に何をしてもらえば良いのだろう… とお悩みを持つ担当者の皆様へおすすめの研修です。長年、産業医を務めている講師から、産業医とのスムーズな連携方法、職場の健康管理の向上を図るためのポイントや産業医へ依頼できる業務と依頼の方法、産業医が事業場に求めること等について解説します。会社と産業医の効果的な協力体制を築き、働く方の健康管理に活かしましょう！ ◆ 衛生委員会は労働者の健康確保に向けた職場や作業内容等を調査・審議する場です。研修では、 衛生委員会をどのように活用したら会社にとって有益となるのか 等、基本的なことから具体的な活用事例や 成功事例を紹介 します。事務局として運営方法をお悩みの皆様、衛生委員会の効果的な運営のポイント、健康管理と環境改善を推進する方法を解説しますので、ご参加をお待ちしています。より活発で実効性のある衛生委員会の運営を目指しましょう！	会場 10名 Web 10名
認定産業医限定 6月14日(土) 14:00~16:00 北上市内事業場 (食料品製造工場)	産業医【実地研修】 【工場巡視】 「職場の安全衛生管理は産業医とともに！効果的な職場巡視でリスクをゼロへ」 ◆1 講 義 効果的な職場巡視を実施するために 職場巡視実施後に必要なこと ◆2 職場巡視 ◆3 意見交換 講師：産業保健相談員 中屋 重直【認定産業医、労働衛生コンサルタント】 ※北上市の事業場で開催するので、「現地集合」となります。 ※【日本医師会認定産業医研修(生涯・実地)申請中】 ※岩手県内在住、または、県内就労の方限定 ※医師会会員情報システム(MAMIS)の登録完了の方	会場 30名
6月16日(月) 13:30~16:30 盛岡 アイーナ8階 802会議室	相談対応スキルアップ研修 傾聴 その2 (3回シリーズ 2回目) ★初心者のための相談対応スキルアップ研修 ~傾聴スキルを学ぶ~ 講師：産業保健相談員 今松 明子 【精神保健福祉士、今松メンタルヘルスケア事務所 所長】 <hr/> メンタルヘルス対策担当者向けの基礎的な研修で、3回シリーズの2回目の研修です。3回連続でのご参加をお勧めします。傾聴スキルを学ぶことができる貴重な研修会ですので、「傾聴の方法や注意点を学びたい方」、「初めて部下を持つ管理職」、「事業主」等幅広い方のご参加をお待ちしています。	会場 10名 Web 10名
6月25日(水) 13:30~16:00 盛岡 アイーナ8階 802会議室	労働衛生対策・メンタルヘルス対策研修 職場復帰支援について学ぶ その1 職場復帰支援の基本！ 休業中のケアと主治医の復帰可能性の判断について 講師：産業保健相談員 藤井 由里 【精神保健福祉士、臨床心理士】 <hr/> 職場でメンタルヘルス不調による休業者が発生した場合、多くの担当者が、休業中の労働者に連絡はしても良いの？連絡する場合の連絡方法は？メールでも大丈夫？などの休業中のケアについて悩むことがあります。療養・休業に入った直後の本人の気持ちを考え、安心して療養・休業に専念できるように必要な情報を連絡することや本人から連絡をもらう方法を定めること等、療養中の関わり方は職場復帰支援に向けて、最初の重要なステップです。 どのような会社でもメンタルヘルス不調者は生じることがありますので、 今まさに不調者への対応で悩んでいる担当者の方 はもちろん、過去に休業中のケアにとっても苦労した…、 労働者が段々増えてきたので対応を考えておかななくては… 等のお悩みをお持ちの方や 職場復帰支援について学びたい方 等、多くの方のご参加をお待ちしております！	会場 10名 Web 10名



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。
（※講師資料の著作権等により、二次使用を防ぐため）
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。

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. さんぽセンター 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。



ご利用・ご相談は
すべて無料!

独立行政法人労働者健康安全機構

johas

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

■ 「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・FAX 0192-27-6700	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 0195-23-6685	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

3. お知らせ

協会けんぽ岩手支部との連携協定を締結しました



3月17日(月)、岩手産業保健総合支援センターと全国健康保険協会岩手支部(協会けんぽ岩手支部)とが、働く世代の健康づくりの推進に向けた包括的事業連携に関する協定を締結しました。

この協定はメンタルヘルス対策に関することなど5項目に連携して取り組み、働く世代の健康づくり推進を図ることを目的として締結するものです。

協会けんぽ岩手支部では、傷病手当金の支給件数の割合は「メンタル不調」が3割を占めており、年々増加傾向にあり、また、精神障害の労災支給決定(認定)件数は、令和2年度に600件を超え、令和5年度は883件と、過去最多の件数となっています。

一方、メンタルヘルス対策に取り組んでいる事業所の割合は、事業場規模別にみると、労働者数が50人以上の事業所は概ね9割を超えている一方、10人~29人の事業所は56.6%となっており、小規模事業所ほどメンタルヘルス対策に取り組む事業所の割合が低くなっています。

このような状況から、当センターでは、特に小規模事業所に対するメンタルヘルス対策を強力に推進するため、日本最大の保険者であり、中小・小規模企業が多く加入する全国健康保険協会の岩手支部と包括的事業連携に関する協定を結ぶこととしたものです。

協会けんぽ岩手支部を通じ、当センターを知っていただいた皆様、また、今までも当センターをご利用いただいている皆様、積極的に当センターをご利用いただき、働く方の健康づくりの推進にご活用ください。

ご不明なことやご相談したいことがありましたら、お気軽にお電話やホームページ、メールにてお問い合わせください。沢山の方のご利用をお待ちしております。





「社会的健康」

産業保健相談員 立身 政信 (産業医学)

【公益財団法人岩手県予防医学協会 産業保健支援部長 医学博士】

令和3年7月1日に発行された本誌46号のコラムで「健康とは…」という文章を載せたことがあります。「健康を求めていくことが既に健康な状態である。」という結論でしたが、その結びに「今回は個人的な健康について述べましたが、次の機会には社会的健康について考えてみたいと思います。」と書きました。

WHO憲章には「健康とは、肉体的にも精神的にも社会的にも完全に良い状態であり、云々」と書いていますが、肉体的健康と精神的健康は個人的な状態であり、健康診断でその評価をすることができる一方、社会的健康は集団の状態であり、個々人の健康情報を集計する「衛生統計」という手法で評価することができます。「個人が社会の荒波にも負けずに生きていける状態」という人もいますが、それなら肉体的健康と精神的健康でどうにかいけそうな気がします。自然や文化を含めた人々の暮らす社会そのものが健康か否かということであり、個人的健康とは次元の違う概念であると私は捉えています。

「衛生統計」という言葉が出てきましたが、「衛生」とは明治時代に初代衛生局長の長与専齋がドイツ語のGesundheitspflegeを邦訳したもので、自伝の「松香私志」に中国の「莊子」を参照したことを書いています。即ち「衛生」はGesundheitspflegeの直訳ではなく、長与専齋が「莊子」を参照して作り出した和製漢語なのです。松香私志には「字面高雅にして呼声も悪しからず」ということで「衛生」を採用したとしか記されていないのですが、長与専齋の心中には莊子の説く「衛生」の本来の意味が去来していたと考えられます。「衛生」という言葉は社会的健康の考え方をとてもうまく表しているのです。

莊子第23編（庚桑楚篇）に、老子の言葉として「衛生とは能（よ）く一を抱くこと」とあります。老荘思想において「一」とは全てのことです。仏教が老荘思想の影響を受けて成立したとも言われる「禅」、その高僧であった内山興正老師は、「 $1 = 100/100$ 、突き詰めれば全体/全体だ。」と喝破しました。前回「求道すでに道である」という言葉を引用させていただいた宮沢賢治の農民芸術概論綱要序文にも「新たな時代は世界が一の意識になり生物となる方向にある」という一節があります。私たちを含めて、地球上の生物は他の生物を摂取することで肉体を成長させ、やがてその肉体は微生物などに摂取されます。食物連鎖と呼ばれる循環です。動植物にとどまらず、大地も水もその循環の一部です。私たちが地球（或いは宇宙）という環境の中にいるのではなく、私たち自身が地球（宇宙）の一部、即ち地球（宇宙）そのものであるということです。社会的健康を人間の目線から捉えるならば、グローバルには生命のための理想的な地球環境を求めていくことであり、ローカルには文化的側面も含めた理想的な地域環境を求めていくことになるでしょう。