

岩手産業保健総合支援 センターだより

令和8年4月1日発行 No.65

今年度も皆さまの業務に少しでも役立つ情報をお届けしてまいりますので、どうぞよろしくお願いたします。

研修会は、5月から開催いたします。1年間の予定は、当センターホームページの「研修日カレンダー」に順次登録していくので、ご覧ください。

今年度もたくさんのお申込みお待ちしております!!



いわて産保



★岩手産保センターからお知らせです★

Instagramを開設しました! **【公式】岩手産業保健総合支援センター**研修会情報を中心に、さまざまな情報を発信していきます。

ぜひフォローしていただけると嬉しいです。よろしくお願いたします!



■『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)
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。
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。



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12日(火) 13:30～16:00 盛岡 キョクシアアイナ8階 802会議室	労働衛生対策・メンタルヘルス対策研修 テーマ：1.職場でメンタルヘルス不調者が発生した場合の基本的対応 (労務管理) 不調者が生じたときに必要な労務管理とハラスメントへの対応・対策 2.職場でメンタルヘルス不調者が発生した場合の基本的な対応 (不調者への接し方) 不調者への気づき、声かけ、受診勧奨、復帰の判断、復帰後の フォロー、職場で必要な取り組み 講師：1. 産業保健相談員 佐々木 誠 [社会保険労務士 佐々木誠社会保険労務士事務所] 2. 産業保健相談員 山田 恵子 [看護師、産業カウンセラー]	会場 20名 Web 20名
5月19日(火) 13:30～16:00 盛岡 キョクシアアイナ8階 810研修室	労働衛生対策・メンタルヘルス対策研修 テーマ：1.騒音障害防止対策 騒音障害防止のためのガイドラインに基づいた対策と改善事例の実際 2.振動障害予防対策 振動障害とは、振動障害の原因、症状、治療、予防対策 講師：1. 産業保健相談員 小山 正範 [第1種作業環境測定士、日測協認定オキュペイショナルハイジニスト] 2. 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]	会場 20名 Web 20名

■ 6月開催

日時・場所	研修テーマ・実施内容	定員
6月1日(月) 13:30～16:30 盛岡 キョクシアアイナ8階 802会議室	労働衛生対策・メンタルヘルス対策研修 テーマ：職場でメンタルヘルス不調者が発生した場合の基本的な対応 (コミュニケーション) 同僚としての不調者への接し方、コミュニケーション ※研修方法につきましては、詳細が決まり次第、ホームページ にてご案内いたします。 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]	会場 20名 Web 20名

日時・場所	研修テーマ・実施内容	定員
<p>6月4日(木) 13:30～16:00</p> <p>盛岡 キオクシアアイ-ナ8階 802会議室</p>	<p>労働衛生対策・メンタルヘルス対策研修</p> <p>テーマ：1.ハチ刺され対策 ハチの基礎知識。予防対策と応急処置、エピペン使用のデモンストレーション</p> <p>2.熱中症対策 産業医から見た熱中症発生のメカニズムと予防対策 「職場における熱中症防止のためのガイドライン」の解説</p> <p>講師：1. 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. 産業保健相談員 柳原 博樹 [認定産業医、労働衛生コンサルタント]</p>	<p>会場 20名</p> <p>Web 20名</p>
<p>6月10日(水) 13:30～16:00</p> <p>盛岡 キオクシアアイ-ナ7階 701会議室</p>	<p>労働衛生対策・メンタルヘルス対策研修</p> <p>テーマ：メンタルヘルス不調者の職場復帰支援について学ぶ その1</p> <p>1.病気休業開始及び休業中のケア</p> <p>2.主治医による職場復帰可能性の判断</p> <p>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]</p>	<p>会場 20名</p> <p>Web 20名</p>
<p>6月16日(火) 13:30～16:00</p> <p>盛岡 キオクシアアイ-ナ8階 802会議室</p>	<p>労働衛生対策・メンタルヘルス対策研修</p> <p>テーマ：1.睡眠セミナー 快眠術～意外と知らない上手な眠り方～ キラキラ輝く毎日を</p> <p>2.管理栄養士による栄養指導 熱中症予防にも活かす、生活習慣病予防に繋げるコンビニ食の選び方と活用</p> <p>講師：1. 東洋羽毛北部販売株式会社 担当者</p> <p>2. 東京労災病院 治療就労支援センター 管理栄養士 平澤 芳恵</p>	<p>会場 20名</p> <p>Web 20名</p>
<p>6月24日(水) 13:30～16:00</p> <p>盛岡 キオクシアアイ-ナ7階 701会議室</p>	<p>労働衛生対策・メンタルヘルス対策研修</p> <p>テーマ：メンタルヘルス不調者の職場復帰支援について学ぶ その2</p> <p>1.職場復帰可否の判断及び職場復帰支援プランの作成</p> <p>2.最終的な職場復帰の決定</p> <p>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]</p>	<p>会場 20名</p> <p>Web 20名</p>



配信による研修会

1.Web配信について

- ・ Zoomミーティングを使用し、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。

📷 昨年度の研修会の様子 📷



2. がんぽセンター 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】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 気仙医師会館内	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 0195-23-6685	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

ご担当者の皆さま、

化学物質管理で悩んでいませんか？

岩手さんぽセンターの専門家が 無料で相談対応いたします！

化学物質管理が
難しい…



岩手産保センターの専門家による 無料支援（原則1回）の内容

- 専門家が無料出張して、事業場での相談に対応。
- 現場の設備、作業状況を見た上で、自律的な管理に向けた必要な実施体制の整備、作業環境の改善等必要な対策についてアドバイス。
- リスクアセスメントのすすめ方、改正労働安全衛生法等に対応した説明。

こんなお悩みありませんか…

- ・ リスクアセスメントを実施したけど、リスクの低減対策が分からない…
- ・ クリエイトシンプルの入力方法が、良く分からない…
- ・ 化学物質管理者の講習を受けたけど、具体的に何をすれば良いの…

迷ったら、**岩手産保センターのHP**にある
お問合せフォームからご連絡ください。

令和6年4月1日から化学物質管理の大幅な見直し本格スタート！

労働安全衛生法の関係政省令改正で 化学物質管理は、こう変わりました！

- 1 化学物質管理者や保護具着用管理責任者の選任等、自律的な管理に向けた実施体制の確立
- 2 リスクアセスメント結果を踏まえ、労働者のばく露濃度を基準値以下とすることの義務付け
- 3 リスクアセスメント結果等の記録作成・保存等が必要
- 4 ラベル・SDSの伝達や、リスクアセスメントの実施対象物質が大幅に増加
- 5 化学物質を製造・取り扱う労働者に適切な保護具の使用
- 6 リスクアセスメント対象物健康診断の新設



化学物質の専門家が事業場を訪問し、実際のお悩みを聞きながら、化学物質対策の助言、支援を行います。



桜とカエルの卵 — シュレーゲルに教えられたこと

産業保健相談員 山田 恵子（メンタルヘルス）
看護師、産業カウンセラー

春になると、多くの人が桜の開花を待ちわびる。公園の木々が薄桃色に染まり始めるだけで、街の空気が柔らかく揺らぐようだ。私もそんな桜の時期には心が浮き立ってくる。春を早く感じたくて早咲きの河津桜に会いに行ったりもする。けれど、——少々気になってしまうことがある。確かに桜は美しい、決して嫌いではない。でも・・・でもという言葉が必ずつきまとう。

桜の花びらの集まりがあり、その一個一個におしべの黒いところが見えるのだが、その集団がカエルの卵に見えて気持ち悪いのだ。「きれい」と言うより先に、背筋にわずかな寒気が走る。多分、私には重症ではないものの集合体恐怖症というものがあるせいだろう。ことにソメイヨシノは、白っぽいがゆえに成熟した黒いおしべがよく目立つ。

昔、子供の昆虫図鑑に、カマキリの顔を大写しした写真があった。その複眼に鳥肌たちが、すぐさま紙を貼って見えなくした。写真集などのクモの巣の幾何学連続模様・・・あれを美しいと評価している人もいるが、私には苦痛でしかない。飲み物のタピオカも無理である。こんな感覚は私だけではないとは思っている。同調圧力的なこともあるのだろうか、皆がきれい、美しいという中で、気持ち悪い、気味が悪いなどはとても言えないのだ。

そんなころ、ある日の新聞で自分の感覚によく似た漫画を見つけた。心が躍り、浮き立った。それは岩手日報に載った「ゴム長靴のシュレーゲル」という漫画によるものだ。主人公のシュレーゲルは、黄色い長靴をはいたアオガエルである。宮沢賢治の童話「蛙のゴム靴」にインスピレーションを得、また、「春と修羅」の「桜の花が日に照るとどこか蛙の卵のやうだ」という一節を引用した、アニメ作家・青池良輔氏の作品だ。

花びらの塊を見て、シュレーゲルは、「わあ」「キラッキラの花、たくさんたくさん」「カエルのたまごみたいだね」と、体いっぱい喜んでいいる。その姿を見て、私はハッとした。こんな風に素直に喜んでいいる爽やかさに、心を動かされた。日常のささいな出来事を、そのまま正直に受け止め、誰に気を使うこともなく表現できる——そのシンプルさが、なんとも羨ましい。

自分の考えや見え方を大事にしようと決心すれば、人にどう思われようと、「自分にはこう見えるのだ」ということを、誰にでも臆せず言えるのかもしれない。皆が「きれいだね」と言っている、「カエルの卵みたいで、気持ち悪いんだ」と言ってみよう。しかし、人間の世界はシュレーゲルの世界より複雑だ。思ったことをそのまま口にできない場面が多い。そんな中で、シュレーゲルの、自分が感じたことを、素直に表現できるシンプルな世界はとても好ましく、羨ましくも感じられる。世界を固定されたものとしてではなく、流動的なものとして眺める視線を示してくれるシュレーゲルは、今の私の「推し」である。

