岩手産業保健総合支援センターだより

令和８年１０月１日発行　№６７

朝夕の風に秋の深まりを感じる季節となりました。木々の葉も少しずつ色づき始め、過ごしやすい日が続いています。実りの秋を感じながら、日々元気に過ごしていきたいですね。

令和8年4月1日から、「職場における治療と就業の両立支援」の取組が、事業主の努力義務となりました。病気になっても、治療を続けながら安心して働き続けられる職場づくりが、これまで以上に求められています。

いざ従業員から相談を受けたとき、「どこまで配慮すればいい？」「主治医の意見をどう活かす？」「メンタル不調の場合は？」と迷うことも少なくありません。岩手さんぽセンターでは、10月・12月に両立支援研修会を開催します。「産業保健と法」「メンタル不調者の両立支援」「てんかんと就労」など、実務に役立つ内容に加え、他社・他機関と困りごとや取組を共有する「実務に必要な制度の活用（事例紹介）」、「交流会」も予定しています。両立支援を「知る」から「できる」へ！

皆さまのご参加をお待ちしています。

★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。よろしくお願いいたします！

いわて産保

IWATE_SANPO

■『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）

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。



■10月開催

日時・場所	研修テーマ・実施内容	定員
１０月１日(木) 13:30～16：00 盛岡 ｷｵｸｼｱｱｲｰﾅ8階 802会議室	テーマ：１.保健師・健診機関の視点による女性の健康管理支援 ２.職場で活用できる地域保健等の外部資源 １.保健師・健診機関の視点による女性の健康管理支援 女性特有の健康課題に関する問診、事業者に望まれる女性の健康管理の取組み ２.職場で活用できる地域保健等の外部資源 労働者の健康づくりにおける外部資源（保健所、協会けんぽ等）の活用 講　師：１．産業保健相談員　港　真里 [（公財）岩手県予防医学協会　健康推進部　健康支援課長、保健師] 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、日本産業衛生学会専門医 柳原産業医・労働衛生コンサルタント合同会社 代表]	会場 ２０名 Web ２０名
１０月６日(火) 13:30～16:00 【ＷＥＢ開催】 Ｚｏｏｍ	テーマ：【産業保健と法】 １.治療と仕事の両立支援、健康情報の取扱いに関わる法知識 ２.法的に求められる合理的配慮 講　師：日本産業保健法学会　社会保険労務士法人エスネットワークス 社会保険労務士　森　克義　先生	Web のみ ３０名
１０月１５日(木) 13:30～16:00 盛岡 ｷｵｸｼｱｱｲｰﾅ8階 810研修室	テーマ：知って安心、てんかんと就労 事業者が押さえておきたい正しい理解と対応 100人に1人といわれているてんかんについて、基本的な知識、適切な治療・配慮のポイント、発作時の対応 講　師：東北大学大学院医学系研究科てんかん学分野名誉教授 広南病院 病院長　中里信和 先生	会場 ２０名 Web ２０名
１０月２６日(月) 13:30～16:30 盛岡 ｷｵｸｼｱｱｲｰﾅ8階 802会議室	テーマ：職場でメンタルヘルス不調者が発生した場合の対応　その２ 復職後のフォロー、心理的安全性の構築、職場のコミュニケーションの向上 ※お知らせ※　研修会では、ワークを行います。 ●会場参加の方⇒受講者でペアを組み、ペアワークを行います。　●Web参加の方⇒個人シートワークを行います。 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
１０月２８日(水) 13:30～16：00 盛岡 ｷｵｸｼｱｱｲｰﾅ8階 802会議室	テーマ：１.障害者職業センターを活用した職場復帰支援と障害者雇用 ２.メンタル不調者の治療と仕事の両立支援 １.障害者職業センターを活用した職場復帰支援と障害者雇用 復職支援とジョブコーチ支援、障害者雇用の現状 ２.メンタル不調者の治療と仕事の両立支援 治療と仕事の両立支援事例 講　師：１．岩手障害者職業センター　障害者職業カウンセラー　金谷　侑依 ２．岩手産業保健総合支援センター　産業保健専門職　萩野　とも子　[保健師]	会場 ２０名 Web ２０名

日時・場所	研修テーマ・実施内容	定員
認定産業医限定 １０月３１日(土) 14:00～16：00 盛岡 マリオス18階 188会議室	【産業医実地研修会】 ※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 テーマ：石綿関連疾患診断技術研修 石綿関連疾患胸部画像の読影実習 講　師：１．川崎医科大学総合医療センター放射線科　教授　芦澤　和人 ２．長崎大学大学院歯薬学総合研究科臨床腫瘍学分野　教授　加藤　勝也 （日本医師会認定産業医研修　生涯：実地　２単位）	会場 ３０名

■11月開催

日時・場所	研修テーマ・実施内容	定員
１１月６日(金) 13:30～16：00 盛岡 ｷｵｸｼｱｱｲｰﾅ８階 802会議室	テーマ：CREATE-SIMPLEで学ぶリスクアセスメント （応用編） １.CREATE-SIMPLE使用時に悩む、操作、入力、リスク低減対策 （PC使用の実践演習） ２.参加者に事前に提出いただくお悩み・困難事例の解決方法の指南 ※各自、最新のCREAT-SIMPLEファイルをダウンロードしたパソコンを持参 講　師：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］	会場 のみ ２０名
１１月１１日(水) 13:30～16:00 盛岡 ｷｵｸｼｱｱｲｰﾅ８階 802会議室	テーマ：職場復帰支援について学ぶ　その４ こんなときどうする（事例検討１） ・企業における復職支援の実際　　・事例検討で学ぶ復職支援 ※事例検討会のため会場のみ 講　師：産業保健相談員　藤井　由里　［臨床心理士、精神保健福祉士］	会場 のみ ２０名
１１月１６日(月) 13:30～16:30 盛岡 ｷｵｸｼｱｱｲｰﾅ８階 802会議室	テーマ：傾聴　その１　/　計3回シリーズ １.良い聴き手となるために。傾聴の目的、期待できる効果、 様々なスキルについて ２.ロールプレイを通じた、具体的・実践的な傾聴技法 ※お知らせ※　研修会では、ワークを行います。 ●会場参加の方⇒受講者でペアを組み、ペアワークを行います。　●Web参加の方⇒個人シートワークを行います。 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
１１月２５日(水) 14：00～16：00 【ＷＥＢ開催】 Ｚｏｏｍ	テーマ：産業保健における生成AIの活用 「難しそうから使ってみたい」へ産業保健における生成AI活用入門 講　師：群馬産業保健総合支援センター　産業保健相談員　内田　満夫 ［群馬大学　大学院　医学系研究科　数理データ科学講座　教授医師　医学博士］	Web ３０名
１１月２６日(木) 13:30～16:00 盛岡 ｷｵｸｼｱｱｲｰﾅ７階 701会議室	テーマ：１.若年層のメンタルヘルスの課題と上司の関わり方 ２.うつ病等により休職した労働者の職場復帰支援における 医療リワーク施設の活用 講　師：１．未来の風せいわ病院　精神保健師　駿河　孝史 ２．未来の風せいわ病院　看護師　久保田　嘉子 ［日本うつ病リワーク協会認定スタッフ、両立支援コーディネーター］	会場 ２０名 Web ２０名

日時・場所	研修テーマ・実施内容	定員
■12月開催 １２月２日(水) 13:30～16：00 盛岡 ｷｵｸｼｱｱｲｰﾅ８階 802会議室	テーマ：１.喫煙対策 ２.過重労働による健康障害防止対策 （脳・心臓疾患、腎疾患対策） １.喫煙対策 職場でできる喫煙率低下のための取り組み ２.過重労働による健康障害防止対策（脳・心臓疾患、腎疾患対策） 過重労働、長時間労働対策も踏まえた、脳・心臓疾患、腎疾患対策 講　師：１.産業保健相談員　立身　政信 ［（公財）岩手県予防医学協会　産業保健支援部長　医学博士］ ２.産業保健相談員　大澤　正樹 ［特定医療法人 盛岡つなぎ温泉病院 診療部長］	会場 ２０名 Web ２０名
１２月１１日(金) 13:30～16:00 盛岡 ｷｵｸｼｱｱｲｰﾅ８階 812研修室	テーマ：［治療と仕事の両立支援の進め方（交流会）］ ～「知っている」から「つながれる」へ～ 高次脳機能障害の就労支援を“チーム”で考える １.高次脳機能障害の就労支援について― 実務に必要な制度の活用 ―（講義） ２.「こんなとき、私たちを使ってください！」　（就労支援機関ミニ紹介） ３. 事例で考える！両立支援交流会　（グループワーク） ーこのケース、あなたなら誰とどう動く？ー 支援機関の皆さんと一緒に、事例をもとにグループで意見交換します 講　師：　豊田　章宏　先生　［中国労災病院 治療就労 両立支援 センター 医師］	会場 のみ ２０名
１２月１４日(月) 13:30～16：30 盛岡 ｷｵｸｼｱｱｲｰﾅ8階 802会議室	テーマ：傾聴　その２　/　計3回シリーズ １.良い聴き手となるために。傾聴の目的、期待できる効果、 様々なスキルについて ２.ロールプレイを通じた、具体的・実践的な傾聴技法 ※お知らせ※　研修会では、ワークを行います。 ●会場参加の方⇒受講者でペアを組み、ペアワークを行います。　●Web参加の方⇒個人シートワークを行います。 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
認定産業医限定 １２月１９日(土) 14:00～16：00 盛岡 マリオス18階 188会議室	【産業医研修会】 ※岩手県内在住、または、県内就労の方限定 テーマ：【労働衛生行政の動向】 ※医師会会員情報システム(MAMIS)の登録完了の方 過重労働対策と総合労働相談 １.過重労働の現状、過労死防止対策の概要について ２.総合労働相談コーナーに寄せられる労使間トラブル（相談事例） 講　師：１．岩手労働局　労働基準部監督課　課長　山下　立倫 ２．岩手労働局　雇用環境・均等室　労働紛争調整官　阿部　貴允 （日本医師会認定産業医研修　生涯：更新　２単位申請予定）	会場 ４０名
１２月２２日(火) 13:30～16:00 【ＷＥＢ開催】 Ｚｏｏｍ	テーマ：【産業保健と法】 １.Q&A形式で説くメンタルヘルスに関する現場問題と法 ２.メンタルヘルス不調による勤怠不良者への対応、不調者への受診勧奨、 発達障害が疑われる従業員への対応 講　師：日本産業保健法学会　理事 弁護士法人　天満法律事務所　所長弁護士　吉田　肇　先生	Web のみ ３０名



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。





研修会の様子







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】**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。

地さんぽ

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



健康のカフェ探し

産業保健相談員　佐々木　誠（労働衛生関係法令）
社会保険労務士　佐々木社会保険労務士事務所

珈琲の香りが好きだ。特に、珈琲豆の封を切る瞬間がいい。豆の種類によっては、開封されるのを待ちきれず、香りのフライングをしてしまうものや、袋を開けても縁にひそんでいて、奥ゆかしく薫るものもある。

珈琲豆の香りの立ち方には個性があって楽しめますが、その香りの効能にも注目しなければならない。珈琲の香りには、「ストレス応答から脳細胞を守り、ニューロンの成長維持を促す因子を回復させる」ということが科学的に立証されているらしい。なんだかよく分からないが、つまりは、珈琲を嗅いでいればボケずに済むということでしょうか。

しかしそれは、本題ではなく、重要なのは、珈琲の香りを嗅ぐだけで相手に対して良い印象を抱く効果があるということだ。つまり、相手を手助けしたいという心理が働くようなのです。

ある統計によると、イスラエルでは裁判官による仮釈放申請承認率が、昼休み直後は65%だったのが、昼休み直前は0%だという。これは、時間帯で判断が変化するということで、脳が疲れると理性が枯渇し、判断は現状維持する方向に働き、仮釈放しないことになる。昼食により、脳はエネルギーを供給され、しばしの休息を得ることで活性化し、仮釈放の承認をすることになるのだという。

果たしてそれだけでしょうか。確かに、昼前は脳が疲弊し、仮釈放を承認するのが面倒くさくなっているかもしれない。それだって、いくら脳が活性化しようが、鼻歌交じり（かどうかは分からないが）で仮釈放の申請書に承認印を押したりするだろうか。

イスラエルでは約80%の人が毎日珈琲を飲むことから、承認に影響しているのは、昼食にとった珈琲によるものと主張します。珈琲の香りによって人助けをしたいとの優しい気持ちになっているのだから、温情深く仮釈放を認めるのも当然でしょう。

待てよ、朝食にも珈琲を飲んでいるはずだから、朝の承認率も高いに違いありません。それが昼までには効力が薄れてしまうとしたら、そのタイムリミットは数時間と知れる。統計にはないが、夕方の承認率も悪くなっていると思われます。

そこで気になるのは、インスタント珈琲にも香の効力はあるのか、缶珈琲はどうなのか、珈琲豆の種類や焙煎の度合い、焙煎後の経過時間によって効果・持続時間に差があるのか、これからの研究に期待するしかありません。

ここで注目すべきは、珈琲の香りによって他人にさえ優しくなるのだから、自分自身にだって優しくなるということです。心がささくれ立っているときは、珈琲の香りを嗅ぐと宜しい。珈琲によって、心をケアできるとしたら、こんなに素晴らしいことはない。珈琲を飲まなくても、珈琲豆をミルで挽くだけで香りは立つ。それをハンドドリップすれば、より香りは深く広がる。手軽にできる心の健康法として推奨したい。

たとえば、富良野の森で珈琲を淹れるようなことを理想としますが、考えてみれば、盛岡はカフェの街です。お気に入りのカフェを探すという手がありました。



