

【目次】

1. 研修会・セミナー
 2. 産業保健トピックス
 3. 産業保健相談員アラカルト
 4. センターからのご案内
 5. 編集後記
-

【1】研修会・セミナー

研修会・セミナーの詳細は、「実施予定の研修」をご覧ください。
<https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar#schedule-seminar>
申込みは、各研修の申込フォーム・FAXからお申し込みください。

★新着

8月の研修をアップしました！

オンデマンド「新型コロナウイルス感染症の罹患後症状（後遺症）に悩む労働者の診察から見える対象者の理解と必要な支援」

詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/6025>

8月25日（金）「産業カウンセリング研修」

～職場におけるカウンセリングの技法を学ぶ～

<2期シリーズ：1期4回> 1期－4回目

詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/6023>

9月の研修をアップしました！

9月7日（木）「健康診断事後措置の重要性と健康づくり」

詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/5992>

9月13日（水）「業務上疾病の認定基準」

詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/5994>

9月14日（木）両立支援セミナー「乳がん患者である労働者の理解と支援乳がんの治療と治療に伴う生活の困りごと」～理解と支援のポイント～※1

詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/5995>

9月14日（木）両立支援セミナー「乳がん患者である労働者の理解と支援乳がんの治療と治療に伴う生活の困りごと」～理解と支援のポイント～

両立支援コーディネーター交流会※2

詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/5997>

9月15日（金）「産業カウンセリング研修」

～職場におけるカウンセリングの技法を学ぶ～

<2期シリーズ：1期4回> 2期－1回目

詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/5999>

9月20日（水）「知りたい！職場巡視のポイント」

詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/6000>

9月21日（木）「腰痛予防・改善のための体のリセット方法」

詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/6002>

9月22日（金）「セルフケアとラインケア」

詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/6003>

9月26日（火）「第14次労働災害防止計画の概要」と「労働安全衛生行政の最近の動向」

詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/6009>

9月27日（水）「アンガーマネジメント研修Ⅰ（前半）」
～職場での必要性和怒りに対処するために～

詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/6010>

9月29日（金）「発達障害特性のある労働者への対応のヒント」
～発達障害の特性・職場での困り感や配慮ポイント～

詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/6011>

☆再掲！8月

8月3日（木）「全身の健康管理を口からはじめよう！」

8月29日（火）「法令順守型から自律的な管理へ」
～自律的管理に必要な化学物質の危険性・有害性の理解～

8月30日（水）「労働安全衛生法における定期健康診断の目的と保健指導」
～生活習慣病予防健診との違いを踏まえて～

【2】産業保健トピックス

◇労災疾病等医学研究普及サイトの御案内（お知らせ）
～「アスベスト」について～

◇労働安全衛生規則第12条の5第3項第2号イの規定に基づき厚生労働大臣が定める化学物質の管理に関する講習等の適用等について」の改正について（山梨労働局）

詳細は、ホームページの「新着情報」をご覧ください。
<https://www.yamanashis.johas.go.jp/topics>

【3】産業保健相談員アラカルト

「がん患者の語りを聴くということ」を読んで

カウンセリング担当 後藤 由美子

最近読んだ本で印象深かったのがこの「がん患者の語りを聴くということ―病棟での心理療法の実践から」です。この本は、精神科医であるL・ゴールディが、がん患者さんの治療とケアに、心理療法を導入する研究をもとに書かれ、その有用性を論じています。（がん病棟で心理療法を行うことへの反対、抵抗も多かったようです。）多くの症例が、

書かれており、その心理療法過程というよりも、がんを患っても今をどう生きるかという生き様に目を見張らせるとともに、臨床心理士として心理療法に携わってきたものとして改めて心理療法とは何かということを考えさせられるものでした。

本の中の症例の一つを簡単にまとめて紹介をしようと思います。「20歳の医学生で、髄膜腫の再発により、大学を中退。医師や看護師が自殺を心配するほどのうつ状態で、精神科への転院を依頼されていた。確かにひどいうつで、心理療法を開始。最初は、著者は、大学での活発な生活が奪われたことがうつになったのではと考えたが、こうした考えはおいて本人の思いを自由に話してもらおうと、本人が心配していたのは、性的能力の変化だった。抗うつ剤を減らしていくと、彼は、より機敏で活発になった。その後、脳腫瘍にもなり、再度の手術もあり、ショックを受け、スポーツも勉強もすべてが無能になってしまったと感じ、女性との初めてのデートでは、劣等感を抱いていて、脳腫瘍がその感情を悪化させたと話したが、心理療法が続くところで、彼は、教養、知識、技能を習得することを何もしてこなかったと人生を振り返って言い、脳腫瘍があっても、人生は変わってい

ないと悟り、歯学部に願書を出し、スキー旅行に行ったのち、発作を起こし亡くなった」というものです。心理療法では、本人にも意識化されていない気持ちに本人が気づくことを大事にし、それにより変化、解決が得られます。心理士は、人は一般にこう感じるだろうと推測するのではなく、本人に自由に話してもらうことで、その人の内的世界に接近し、なぜそのように考え、行動するのかを理解することができるものです。患者も心理士も心理療法の先に何を見つけるのかはわかりません。不登校の子供は、登校することを期待されて心理療法を受けに来たとしても、結果、違う道に進むことも多くありますし、逆に会社を辞めたいと相談に来た休職中の人、仕事への新しい意味を見つけて続けることになることもあります。心理療法が時に、まわりから理解されにくいところでもあるし、一方、希望をもちにくいがん治療のような場面で、希望をもつことを可能にすることができるともあると思います。

著者が、この本の中でもっとも伝えたかった事は、援助者たちこそが、死に対する自身の不安や恐怖を自身の患者に投影することで、がん患者は病によって苦しめられるだけでなく、精神的にも苦しめられ、孤独になっていくので、精神的、心理的なケアが重要という事で、本人の内的世界に接近する心理療法は、援助者側の偏見をもちにくくさせるので有用としています。しかし、心理士も、死に対する自身の不安や恐怖への理解をもたないままでは、患者さんの内的世界への接近を難しくさせるので、十分な自戒が必要だと思いました。

【4】センターからのご案内

山梨産業保健総合支援センターでは働く人々の健康を確保するため、研修会の実施や相談への対応、産業保健に関する情報の発信など「産業保健スタッフの活動へのサポート」を実施しています。

★今月のご案内★

○研修をオンデマンドで配信します

7月19日（水）に実施した研修「新型コロナウイルス感染症の罹患後症状（後遺症）に悩む労働者の診察から見える対象者の理解と必要な支援」（講師 山梨大学医学部感染症学講座 井上修 特任教授）をオンデマンドで配信しています。

山梨県が実施した新型コロナウイルス感染症の罹患後症状に関する実態調査では、頭痛や倦怠感などにより職場復帰や仕事を継続することに不安を持つ方がいることがわかりました。

この研修は、新型コロナウイルス感染症の罹患後症状について、臨床現場での対応事例を紹介し、罹患後症状や治療等についての理解を深めることにより、治療と仕事の両立に役立たせていただくものです。

視聴希望の方は当センターHPよりお申し込みください。

申込締切は8月10日（木）、配信期間は8月31日（木）までとなっています。

【5】編集後記

梅雨も明け、これから更に暑さが厳しくなるとのことですが、皆様の暑さ対策は万全でしょうか？今年梅雨明け前から猛暑日が続く、私はすでに夏バテ気味の感が。こんなときには、ビタミンB1が豊富なうなぎを食べたいと私は思っています。

ところで、「土用の丑の日」にうなぎを食べる風習がありますが、今年7月30日が土用の丑の日です。

土用の丑の日って何？・・・「土用」とは立春、立夏、立秋、立冬より前の18日間であり、「丑の日」は十二支の干支の中の「丑（うし）」のことで、12日周期で丑の日があります。土用の丑の日は年に6日ありますが、夏（立秋の前）の土用の丑の日を示すことが一般的とのことです。また、土用の丑の日にうなぎを食べるようになったのは、江戸時代に発明家・平賀源内氏がうなぎ屋に「本日、土用丑の日」と書いた紙を貼り出すように助言し繁盛したことがきっかけだとか。

個人的な話ですが、平成のはじめの頃は職場の同僚と鰻重をしょっちゅう食べに行っていた記憶がありますが、近年は値段の高騰によりうなぎを食べる機会がほぼなくなりました。

さて、皆様の土用の丑の日の食卓には、うなぎ、それとも「う」からはじまる行事食・
・。うなぎに限らずビタミンB1は疲労回復に必要とされる栄養素ですが、貴方に合っ
たバランスの良い栄養を摂って暑い夏を乗り切りましょう！（小林）

配信の解除をご希望の方は、「お問い合わせフォーム」をご利用ください。

【発行】 独立行政法人 労働者健康安全機構
山梨産業保健総合支援センター
【住所】 〒400-0047 山梨県甲府市徳行5-13-5 山梨県医師会館2階
【TEL】 055(220)7020 【FAX】 055(220)7021
【E-mail】 info@yamanashis.johas.go.jp
【URL】 <https://www.yamanashis.johas.go.jp>
