

---

---

やまなし産保メールマガジン第164号

【URL】 <https://www.yamanashis.johas.go.jp>

---

令和4年7月28日

発行：山梨産業保健総合支援センター

◇◇+ . . . . . +◇◇  
メールマガジンを受信していただきありがとうございます。

---

## 目次

---

- 【1】研修会・セミナー
  - 【2】産業保健トピックス
  - 【3】アラカルト
  - 【4】産業保健専門職（保健師）よもやま話
  - 【5】センターからのご案内
  - 【6】編集後記
- 

### 【1】研修会・セミナー

---

研修のお申し込みは下記の各アドレスからホームページにアクセスして下さい。  
会場は山梨県医師会館 1階 多目的エリアです。

※集合研修にお申し込みの際は、「研修・セミナーを受講される皆さまへ～新型コロナウイルス感染症対策～（お願い）」をご一読ください。

<https://www.yamanashis.johas.go.jp/wp-content/themes/sanpo/pdf/jukou2021.pdf>

### ★新着！9月

#### ハイブリッド型研修

##### 〔7〕保健指導

題目 保健指導に活かせる行動変容理論

日時 令和4年9月6日（火） 14時～16時

講師 鈴木 孝太（愛知医科大学 教授/産業保健科学センター長）

詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/5616>

#### 集合研修

##### 〔4〕メンタルヘルス

題目 職場のストレス対策

～イライラや怒りに対処し、よりよい人間関係を築くために～

日時 令和4年9月14日（水） 14時～16時

講師 後藤 由美子（産業保健相談員/公認心理師）

詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/5618>

#### 〔5〕労働衛生関係法令

題目 業務上疾病の認定基準

日時 令和4年9月7日（水） 14時～16時

講師 佐々木 貴子（山梨労働局労災補償課 労災補償監察官）

詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/5617>

題目 「第13次労働災害防止計画推進状況」と「労働安全衛生行政の最近の動向」

日時 令和4年9月21日（水） 14時～16時

講師 筑山 忠（山梨労働局労災補償課 課長）

詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/5621>

#### 〔6〕カウンセリング

題目 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

日時 令和4年9月16日（金） 14時～16時30分

講師 中村 幸枝（産業保健相談員/産業カウンセラー）

詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/5619>

#### 〔7〕保健指導

題目 腰痛および肩こりの予防と改善

～からだのゆるめ方～

日時 令和4年9月22日（木） 14時～16時

講師 西條 富美代（帝京科学大学 教授）

詳細・申込 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar/5622>

☆再掲 8月 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/seminar#schedule-seminar>

WEB研修

○ 両立支援コーディネーター交流会 ※両立支援コーディネーター対象

集合研修

○ 「発達障害特性のある労働者への対応のヒント」第1回/全2回

○ 過重労働対策について

---

## 【2】産業保健トピックス

---

- 人材確保等支援助成金（テレワークコース）について
- 「山梨働き方改革推進支援センター」をご利用ください
- 令和4年度（第73回）全国労働衛生週間について

詳細は、こちらから

<https://www.yamanashis.johas.go.jp/topics>

---

## 【3】アラカルト

---

- 《ラベルでアクション》～事業場における化学物質管理の促進のために～（厚生労働省）

事業者と労働者が、取り扱う化学物質の危険性や有害性を認識し、事業者はリスクに基づき必要な措置を検討・実施し、労働者は危険有害性を理解してリスクに応じた対策を実行することが大切です。

「ラベルでアクション」をキャッチフレーズにそれぞれの事業場で取組みを進めましょう。

<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000135046.html>

- 化学物質管理に関する社内安全衛生教育用eラーニング教材（厚生労働省）

厚生労働省は、各事業場における化学物質管理に関する労働者教育に活用できるeラーニング教材を公表しました。

[https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_26157.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_26157.html)

- 令和5年度「産業医学調査研究」募集のご案内（公益財団法人 産業医学振興財団）

産業医学の振興と職場で働く人々の健康確保に資することを目的とした調査研究を募集します。申請資格、その他の詳細はホームページをご覧ください。

<https://www.zsisz.or.jp/investigation/r5.html>

- 新型コロナウイルス感染症対策について

変異株など、日々刻一刻と状況が変化しています。山梨産業保健総合支援センターホームページにリンク集を掲載していますので、正しい最新情報の入手にご活用ください。

<https://www.yamanashis.johas.go.jp/information/4555>

- 山梨労働局管内における労働災害の発生状況（山梨労働局）

○労働災害発生状況（死傷災害比較表）「令和4年・令和3年1～6月」（更新）  
[https://jsite.mhlw.go.jp/yamanashi-roudoukyoku/jirei\\_toukei/saigaitoukei\\_jirei/toukei/5-1.html](https://jsite.mhlw.go.jp/yamanashi-roudoukyoku/jirei_toukei/saigaitoukei_jirei/toukei/5-1.html)

○死亡災害発生状況 「令和4年一覽」（更新）  
[https://jsite.mhlw.go.jp/yamanashi-roudoukyoku/jirei\\_toukei/saigaitoukei\\_jirei/5-2.html](https://jsite.mhlw.go.jp/yamanashi-roudoukyoku/jirei_toukei/saigaitoukei_jirei/5-2.html)

---

#### 【4】産業保健専門職（保健師）よもやま話

---

7月26日（火）山梨県で初めて両立支援コーディネーター交流会を開催いたしました。当センターの高野和美両立支援促進員（看護職）から、「がん」の治療と仕事の両立支援について、診断から、検査、入院治療と通院治療の実際、代表的ながんの治療と就労継続における課題と働く場での具体的な配慮例・工夫などについて講義、その後、現在の活動について情報交換しました。

参加いただいた両立支援コーディネーターの声を紹介します。

～事業所への支援を通して～

- ・労働者数の少ない事業所では、事業所自体がこの制度を理解していないことも多い。当然労働者も知らない。産業保健スタッフの設置がない規模の事業所では、どうしても無知の不安から『もし何かあったら、会社の責任は？本当に働かせて大丈夫か』といった消極的な対応になり、安心して支援してもらえていないと感ずることがある。その際は、厚生労働省のガイドラインで配慮に必要な医療の情報を得るようなかわりをして、医療情報の取得について支援している。（社会保険労務士）
- ・事業所の支援から、労働者も高齢化する中で高血圧や糖尿病など定期健康診断結果の管理の重要性を感じる。高齢労働者自身も、いつまで働けるのかといった不安を持っている。（社会保険労務士）
- ・事業所にとっては「お金」のことも大切。助成金についての情報も必要。ただし、助成金だけに頼った（助成金があるから支援する）支援は危険。支給要件、段取りもあるので、早めの情報収集・関係機関への問い合わせが必要。（医療従事者）

～個人への支援を通して～

- ・順調に両立を続けている方は、いつまでどの程度の配慮が必要かを定期的に評価する目的をもって受診している。（医療従事者）
- ・復職後に、上司が代わるなど職場環境の変化でも、状況は大きく変化することがある。定期的に支援内容の見直しは必要だと実感。（医療従事者）
- ・本人のできる事、苦手なこと、職場に配慮が必要なことを整理できていないと、過剰な配慮となって、他の労働者への負担、ひずみが出てしまう。（医療従事者）
- ・事業所からの相談は、手を尽くしての相談も多く、ご家族やご本人が職場復帰に向けて事業所に理解してもらおうという段階での相談は両立支援に結び付きやすい。（医療従

事者)

- ・支援対象者にとって必要な配慮が、他の労働者の不都合につながらないように考える必要がある。過剰な支援は支援対象労働者を孤立させることにもなってしまう。(医療従事者)

情報交換を通して、両立支援コーディネーターの活動で支援する際の大切なポイントを共有できた時間となりました。

高野両立支援促進員は、「病気を怖がらず、一緒に考える姿勢が大切。どんなことでも不安があれば、いつでも相談を受けますよという雰囲気や、日ごろからの人間関係づくりを大事にしてほしい」とまとめました。

次回の交流会は8月に予定しております。また、今回の参加者から「高次脳機能障害の情報も欲しい」と第3回目の交流会のテーマも見つかりました。両立支援は多職種の連携が成功のカギ。自分自身、様々な相談をお受けする中で、相談者の抱える問題に対応するとき、自分が持つ知識の範囲で対応しようとせず、「この分野ならあの人に聞いてみよう」と思い浮かぶ人がたくさんいることをとてもありがたく感じています。逆に、自分自身も誰かに思い浮かべてもらえる専門職でありたいと心がけています。忙しい業務の中、時間を捻出して参加いただいた皆さん、ありがとうございました。交流会での出会い・ネットワークが一人でも多くの治療と仕事の両立を希望する労働者の支援につながることを期待します。

「産業保健専門職」

保健師 小川 理恵

---

## 【5】センターからのご案内

---

### ★図書・研修用機器★

#### ○貸出について

当センターでは、産業保健をはじめとした図書・研修用機器等について無料で貸出を行っています。

初めてご利用になる方は利用者登録が必要になりますので、名刺等身分の確認できるものをご持参の上、当センターで手続きをお願いします。

詳細は、下記のアドレスから確認してください。

<https://www.yamanashis.johas.go.jp/rent/1200>

### ★ご相談・ご質問の受付★

当センターでは、産業医や事業所の労務管理者等の方が産業保健活動を実践する上での様々な問題に関するご相談・ご質問を窓口（予約面談）・電話・Eメール等で受付・対応しています。各専門分野の産業保健相談員を中心に、解決方法等を助言させていただきます。ご利用は無料となっておりますので、お気軽にご連絡ください。

相談員と相談日はこちら

<https://www.yamanashis.johas.go.jp/consultation/1171>

★情報誌「産業保健21」

情報誌『産業保健21』は、産業医をはじめ、保健師・看護師、労務担当者等の労働者の健康確保に携わっている皆様方に、年4回（1月、4月、7月、10月）産業保健情報を提供することを目的として、独立行政法人 労働者健康安全機構が発行しています。最新号は、

「産業保健情報誌・刊行物」 <https://www.yamanashis.johas.go.jp/information/1197> 中の「産業保健21」に掲載されています。

---

【6】編集後記

---

毎年8月前半に人間ドックを受診しています。主治医から体重を増やさないよう言われているのにしっかり太ってしまったので、ここしばらく主食を減らしたり、犬の散歩時間を増やしたりしていますが、その程度では全く効果はないようです。

食べることが大好きな私、つらい食事制限よりは運動で痩せたいところですが、ジムに通う時間は作れません。さてどうしたものか…と考えていましたら、厚生労働省の「e-ヘルスネット」という情報提供サイトで生活の中で体を動かす工夫を提案していました。

<https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/information/exercise/s-09-001.html>

長時間の座り過ぎをできるだけ減らし、こまめに体を動かすこと、家の中でも、ラジオ体操などを利用して、まずは今より10分多く体を動かすことが推奨されています。折しも夏休み、子供の頃は毎朝カードを首から下げて体操に行っていたなあ…日頃運動をしていない中高年にも優しいそう。大人のラジオ体操、活用したいですね。（菊地）

\*\*\*\*\*

メールマガジンの登録（無料）は、下記よりお申込みください！

<https://www.yamanashis.johas.go.jp/mailmagazine>

メールマガジンに関するご意見・ご要望のある方、配信の解除をご希望の方は、ホームページ「お問い合わせフォーム」をご利用ください。

<https://www.yamanashis.johas.go.jp/inquiry>

---

【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>

---