

2011.1 第8号

産業医・産業看護職・衛生管理者等の産業保健関係者の活動を支援します。

## 産業保健

# こうちさんぽ ニュース

|                              |    |
|------------------------------|----|
| 巻頭言「新年にあたって」(大原所長)           | 1頁 |
| 研修会・セミナー等のご案内(平成23年1月～3月開催分) | 2頁 |
| 労働衛生工学シリーズ(門田相談員)            | 3頁 |
| メンタルヘルス対策支援センターのご案内          | 4頁 |
| 各種助成金のお知らせ(終了)               | 4頁 |
| 産業保健に関する相談のご案内               | 5頁 |
| こうちさんぽメールマガジンのご案内            | 6頁 |
| こうちさんぽメールマガジン配信申し込み票         | 7頁 |

独立行政法人労働者健康福祉機構  
高知産業保健推進センター



## 新年にあたって

高知産業保健推進センター

所長 大原啓志

新年おめでとうございます。

産業界を取り巻く環境は依然として厳しい年明けですが、私どもの産業保健も働く人々の健康確保、ひいては生産活動の向上により一層寄与できる年でありたいものです。

職場の健康問題では、引き続いてメンタルヘルスケアが大きな課題の一つであることを実感しています。昨年実施した調査では、高知県でも、メンタルヘルス不調者を経験した事業場が3年前に比べて増えており、調査時点で休業者がいるという事業場も12%にみられました。当センター併設の「メンタルヘルス対策支援センター」でも、相談や事業場訪問による支援などの利用は増えていますが、より利用されやすい工夫が必要ですし、当センターにもより充実した研修や情報交換の場の提供が求められていると考えます。

ところで、メンタルヘルス対策への相談や支援事例を知る中で考えさせられるのが、日ごろの職場の安全衛生活動との関係です。メンタルヘルスは、難しい、特殊な問題という印象があったり、産業保健スタッフからできれば関わりたくないといった声も聞きます。しかし、当然のことながらメンタルヘルスも日ごろの健康管理などの対象であり、したがって、不調者への円滑な対応も、日ごろの健康管理や病休者一般の職場復帰などと密接につながっていることを多くの例で再認識させられます。また、予防を含めた組織的な対策では、何よりも衛生委員会などの、職場の衛生管理に向けての協議や情報共有による取組みが重要な役割をもちます。

そうした意味で、メンタルヘルス対策は、改めて健康管理だけでなく、職場の作業環境など衛生管理全般の体制やその活動を見直し、ひいてはより積極的な職場の安全衛生の風土づくりを目指すよい機会ともいえるのではないのでしょうか。

当センターにとって、そのような職場の取組みをより多く応援できる一年であればと願っています。本年もよろしくお願いたします。

二 研修会・セミナー等のご案内（平成23年1～3月開催分）

... .

産業保健スタッフや事業主・従業員など  
どなたでも参加できます。

対象者（A：産業医 B：産業看護職 C：衛生管理者・その他）

- (1) 1月12日(水) 14時00～16時00 (対象者：A・B・C)  
「VDT作業による健康障害の予防」(取得単位：生涯専門2単位)  
講師：当センター所長 大原 啓志 氏
- (2) 1月20日(木) 13時00～16時00 (対象者：B・C)  
「第2回AED取扱講習」  
講師：高知市消防局救急救命士
- (3) 1月29日(土) 14時00～16時00 (対象者：A・B・C)  
「職場の健康における事業所の責任」(取得単位：生涯専門2単位)  
講師：大阪市立大学大学院 教授 圓藤 吟史 氏
- (4) 2月1日(火) 14時00～16時00 (対象者：B・C)  
「栄養と健康(2)」  
講師：当センター相談員 川村 美笑子 氏
- (5) 2月5日(土) 14時00～16時00 (対象者：A・B・C)  
「睡眠時無呼吸症候群～最近の知見と診療の実際」(取得単位：生涯実地2単位)  
講師：当センター相談員 川田 誠一 氏  
場所：高知鏡川病院睡眠医療センター
- (6) 2月17日(木) 14時00～16時00 (対象者：A・B・C)  
「職場化学物質管理の実際 ～有害性シートの活用を中心に～」(取得単位：生涯専門2単位)  
講師：当センター相談員 門田 義彦 氏
- (7) 2月24日(木) 14時00～16時00 (対象者：A・B・C)  
「職場のメンタルヘルスとアルコール依存」(取得単位：生涯専門2単位)  
講師：当センター相談員 山崎 正雄 氏
- (8) 3月16日(水) 14時00～15時30 (対象者：B・C)  
「職場における特定健康診査・特定保健指導」  
講師：当センター相談員 五十嵐 恵子 氏  
講師：全国健康保険協会高知支部 上原 由美 氏

### 三 労働衛生工学シリーズ

...

#### 活用される「安全衛生管理計画」策定のために

労働衛生工学担当相談員 門田 義彦

あけまして、おめでとうございます。お正月によく聞くことわざに「一年の計は元旦にあり」があります。「ものごとは最初が肝心」という意味で、お正月に、今年はどういう年にしようかと、いろいろと考えることが大事だということでしょう。

安全衛生の分野でも、年(年度)のはじめには「安全衛生管理計画」を策定しなければなりません。ところが、作ってはいるのですが、ファイルにしまい込んだままという"残念な"計画があります。なぜでしょうか?・・・ということで活用される計画にするためには、どうすればよいのか、考えてみました。

第1に計画を作る段階です。

ここで、もっとも大事なのは、「なぜ計画を立てるか」を改めて認識することでしょう。生産分野でも「生産計画」が大事になるように、安全衛生分野でも「計画」が必要になってきます。安全衛生の目的については、いうまでもありませんが、計画を策定する目的は、安全衛生の充実のために欠かせないものです。

つぎに、トップの方針表明が大事になります。もちろん安全衛生に関する意識は、誰もが持っているはずですが、トップがこれをかたちにして表明することで、組織がどの方向に向かっていくかが明確になります。

そして、計画策定にあたって、過去よりも進歩することが必要です。昨年の計画のコピーでは、意味がありません。逆に、理想を追いすぎるあまり、達成がとても不可能な計画になってもだめです。机上の空論ではなく、現場の意見を取り入れることが重要になります。そのためには、リスクアセスメントの結果や安全衛生委員会を活用して下さい。

さらに、目標は具体的に設定して下さい。抽象的で曖昧な目標だと、計画の進捗状況がわからなくなってしまいます。例えば、「健康診断の受診率をあげる」ではなく「健康診断の受診率を95%にする」とか、「職場の騒音をさげる」ではなく「職場の騒音を90dBから85dBにする」いったふうに、数値目標を掲げるとよいでしょう。

第2に計画を実施する段階です。

方針が決定され、目標が掲げられたら、活動する内容が決まります。活動する際には、中心となる人が必要です。衛生管理者や衛生推進者が、中心となりますが、職長や管理職も巻き込みましょう。

作業者に「何をすべきか」が浸透しているでしょうか? 計画を進めていく主体となる作業者が、目標や計画を知らないようでは、達成はできません。目標や管理計画を見やすい場所に掲示したり、ミーティングや行事を活用したりして、周知に努めて下さい。

第3に計画をチェックする段階です。

目標を達成するための道筋(スケジュール)が計画です。長い期間では、中途での経過を点検することが必要です。1年間の目標をもとにして、月別に中間目標を設定し、達成状況を点検して下さい。中間目標の達成状況によっては、計画を変更することも必要となってきます。

最終的に「安全衛生管理計画」の達成状況はどうだったでしょう。達成した項目、未達成の項目がでてくると思います。これを評価し、次年度の計画に活かすようにして下さい。

このように年(年度)の初めには、実効性のある「安全衛生管理計画」を策定し、安全衛生活動を計画的に推進しましょう。

#### 四                   メンタルヘルス対策支援センター（厚生労働省委託事業）

...

働く人の健康を支援するため、「メンタルヘルス不調者等の労働者に対する相談機関による相談促進事業」が平成20年度からスタートしました。当センター内に「メンタルヘルス対策支援センター」を開設し、「メンタルヘルス対策促進員」が皆様の職場をお訪ねします。

この事業は、メンタルヘルス対策への助言、相談機関の利用促進、職場でのメンタルヘルスケア向上を目的としています。従業員の心の健康対策への取り組み方法が分からないという経営トップのみならず、メンタルヘルス対策支援センター・メンタルヘルス対策促進員をご利用ください。

下記の【お問い合わせ先】のTEL・FAX及びEメールは、メンタルヘルス対策支援センター専用番号です。お気軽にお問い合わせ下さい。

##### 【お問い合わせ先】

メンタルヘルス対策支援センター（高知産業保健推進センター内）  
〒780-0870 高知市本町4丁目1番8号 高知フコク生命ビル7階  
TEL・FAX：088-855-3061  
Eメール：[mental@kochisanpo.jp](mailto:mental@kochisanpo.jp)

#### 五                   各種助成金のお知らせ(終了)

... .

##### **深夜業従事者健康診断助成金及び 産業医共同選任助成金の支給終了について**

平成22年度末をもって両助成事業は終了することとなりましたので、それぞれの申請手続きについてご確認ください。申請受付期間内を過ぎると助成を受けられませんので、ご注意ください。

- 1 深夜業従事者健康診断助成金
  - (1) 助成金申請受付期間 平成23年3月18日まで(必着)  
\*各産業保健推進センターへの提出期間
  - (2) 助成金支給時期 平成23年3月31日まで(必着)
  
- 2 産業医共同選任助成金
  - (1) 新規事業場登録期間 平成22年12月28日まで(必着)  
\*各産業保健推進センターへの提出期間
  - (2) 助成金支給期間 新規事業場登録をした年度を含め3年間

詳細はこちら

<http://www.rofuku.go.jp/sanpo/jyoseikin/jyosei.pdf>

## 六 産業保健に関する相談のご案内

... .

各分野の専門の相談員が、産業保健に関するご相談・お問い合わせ等について応じます。相談方法は、センターに直接来ていただくか、又は電話、FAX、メールでも対応しています。

また、相談内容等により必要と判断する時は、直接現地に出向き具体的な対処法等をご提案します。

下記「産業保健相談員勤務表」に記載はありませんが、労働衛生関係法令分野のご相談についても応じます。

なお、相談料は無料となっていますのでお気軽にご相談ください。

### 【相談事例】

質問：現場作業者の休憩時間に体操を導入したい。有効と考えられるか。終日立ち作業の現場で、作業では上肢を含めて大きな身体の動きが少ない。

回答：作業の遂行で、首、肩、上腕、肺腰部、下肢の各部位の静的筋緊張が強いと思われ、業間体操は緊張緩和に有効と考える。ただし、終日の立ち作業のため、下肢や腰部の疲労が強いことも考えられ少しでも長く臥位による休息を希望する作業者がいるかもしれない。当初は、本人の選択による方がよいかもしれない。

産業保健相談員勤務表

平成23年1月1日現在

|    | 月            | 火            | 水               | 木                | 金                           |
|----|--------------|--------------|-----------------|------------------|-----------------------------|
| 第一 | 小松<br>(ｽﾀﾌ)  |              | 榎本<br>(ｽﾀﾌ)     |                  | 影山<br>(ｽﾀﾌ)                 |
| 第二 | 小松<br>(ｽﾀﾌ)  |              | 下寺(注1)<br>(ｽﾀﾌ) |                  | 町田<br>(産業医学)<br>影山<br>(ｽﾀﾌ) |
| 第三 |              | 森木<br>(産業医学) | 榎本<br>(ｽﾀﾌ)     | 労働衛生工学<br>担当(注2) | 伊藤<br>(ｽﾀﾌ)                 |
| 第四 | 小澤<br>(保健指導) | 菅沼<br>(産業医学) | 影山<br>(ｽﾀﾌ)     |                  |                             |

1 相談時間は、13:00~17:00です。(注1)については9:00~12:00です。

2 (注2)の労働衛生工学に関しては、門田・中西の2名でローテーションしています。

{ TEL: 088 826-6155 FAX: 088 826-6151 }  
{ Eメールアドレス: info@kochisanpo.jp }

## 七 「こうちさんぽメールマガジン」のご案内

... .

当センターでは、毎月「こうちさんぽメールマガジン」を配信しています。  
メールマガジンでは、当センターが主催する研修会やセミナー等の開催案内や厚生労働省、高知労働局、高知県等から発信される産業保健に関する法令改正等の情報をタイムリーに提供しています。

提供するサービスは無料ですので、お気軽にご登録ください。  
メールマガジンの具体的な内容については、次のようになっています。

### 1 配信時期

毎月1日（休日の場合は休日明け）と1・4・7・10月の中旬

### 2 対象者

産業医、産業看護職、衛生管理者、労務管理担当者、事業主、労働者 等

### 3 記事内容

#### トピックス

厚生労働省等から発信される産業保健に関する法令改正等の情報をご提供します。  
（2010年は、労働衛生関連の情報も多数発信されました）

#### 相談員の窓

相談員が各担当分野の産業保健に関する情報をご提供します。

#### 産業医学研修会・セミナー等のご案内

直近2～3ヶ月間に開催する研修会等の開催情報をご提供します。

#### 新相談員のご紹介・勤務予定表

新しく相談員になられた方をご紹介します。

#### 産業保健に関する窓口相談・問合せQ&A

ご相談があった相談事例をご紹介します。（窓口相談の利用は無料です）

#### 貸出図書・機器のご案内

新着図書等のご紹介や貸出機器をご紹介します。（図書等の貸出は無料です）

#### 労働衛生工学シリーズ

作業環境測定機器等の取扱い方法や作業環境管理についてご紹介します。

#### その他（当センターが実施する事業の紹介 等）

メンタルヘルス対策支援センター事業や自発的健康診断受診支援助成金・小規模事業場産業保健活動支援促進助成金等の助成金制度をご紹介します。

## こうちさんぽメールマガジンを是非ご活用下さい！

当センターでは、法令改正等の最新情報や研修・セミナー等の開催案内などを**原則毎月1日**にメールマガジンにて情報提供を**無料**で行っています。定期的なチェックの機会として是非ご活用ください。配信をご希望の方は下記の「こうちさんぽメールマガジン配信申し込み票」にて、FAX又はEメールでご連絡くださいますようお願いいたします。

なお、過去に配信したメールマガジンをご覧になりたい方は、ホームページをご覧下さい。

----- 切り取り線 -----

### こうちさんぽメールマガジン配信申し込み票

高知産業保健推進センター 殿

平成 年 月 日

|                     |   |                   |  |
|---------------------|---|-------------------|--|
| (ふりがな)<br>氏名        | ( )   | 電話番号<br>(勤務先電話番号) |  |
| 勤務先名                |   |                   |  |
| 住所<br>(勤務先所在地)      | 〒 ( )   |                   |  |
| 職種<br>(いずれかに印を)     | 事業主、産業医、一般医師、産業看護職、衛生管理者、安全衛生推進者、<br>労務担当者、労働者、その他( ) |                   |  |
| Eメールアドレス            |   |                   |  |
| FAX番号<br>(FAX希望者記載) |   |                   |  |

独立行政法人労働者健康福祉機構 高知産業保健推進センター

〒780-0870 高知市本町4-1-8 高知フコク生命ビル7階

TEL : 088-826-6155 / FAX : 088-826-6151

ホームページ : <http://www.kochisanpo.jp/>

Eメール : [info@kochisanpo.jp](mailto:info@kochisanpo.jp)

当申し込み票に記載いただいた個人情報は、メールマガジンの配信、アンケート調査、各種お知らせ等に利用させていただき、当センターが実施する産業保健推進に関する以外には使用いたしません。