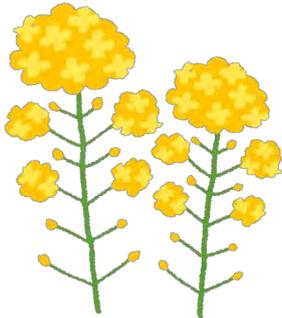


## センターだより



新年度を迎えて、ここ長野産業保健総合支援センターも異動や新入職員等で慌ただしい年度替わりを経験しています。新年度は旧年度に増して、各分野での体制の充実をはかり、業務のさらなる発展を目指しています。そして徐々にこのセンターの認知度が上がってきているとはいえ、まだまだ不十分でさらに工夫の余地があると思います。日々の地道な活動の積み重ねが大切であると、月並みではありますが、再認識する次第です。

そんな中でのエピソードをいくつか

ストレスチェックも2年目に入り、監督官庁の勧めもあって、多くの事業所で実施されています。ある事業所ですが、本社の方針で実施したのは良いが、数名の高ストレスが出てしまいました。(実施前の予備調査で約10%の高ストレス者が出るように設問を設定したので当然であります)ここで面談の希望が数名出ましたが、選任されている産業医は面談に自信がないとのことで、本センターが紹介されました。日程を打ち合わせ、午後からの面談に数時間かけて、雪の北信に向かいました。無事面談も終わりその日は当然近くの温泉泊まりとなりました。高ストレス者の面談希望者が少ないなか、可能な限り要望には応じたいと思っています。

さらに有名な運送業者から高ストレス者の面談希望が地域産業保健センターに依頼が来ました。県内各地域に営業所があり、全体では50名以上なのですが、本社といえども30余名です。本社の方針でストレスチェックを実施。複数名の高ストレス者が出ました。規定により、地域産保センターに面談を依頼するも、2月中は既にいっぱいとのことで希望には応じられませんでした。年間計画で対応していることと年度末で余裕がないとのことで、地域産保センターを統括している小生の仕事となりました。流石に2月だけでは応じきれず、3月まで食い込みましたが、なんとか無事終わりました。50人未満の事業所は努力義務です。しかし会社としては職場不応者を出さない、あるいは過重労働に結び付けない努力として、繁忙期になる4月までに面談を終えようとする姿勢には、頭が下がりました。



ストレスチェックは高ストレス者の面談をしなければ、全くの経費の無駄使いになるわけです。さらに、今後過労自殺等が出た場合には、ストレスチェックの実施とその後の措置が問われることでもあります。すでにこの間「森友問題」で自殺をしてしまった方がいました。この方のストレスチェックは、そしてその結果その後の対応はどうなっていたのでしょうか。立派な産業医が、保健師が、いたのでしょうか。

(所長 碓 暎雄)

## 化学物質のリスクアセスメント

産業保健相談員（産業医学） 野見山哲生

2014年6月、労働安全衛生法の一部改正により、一定の危険性・有害性が確認されている化学物質（表示対象物質）及び安全データシート（SDS）の交付が義務づけられている化学物質（通知対象物質）については、事業者には危険性又は有害性等の調査（リスクアセスメント）が義務づけられました。しかし、産業現場においては、リスクアセスメントはどれも難しくとらえられているきらいがあります。

リスクアセスメントは、化学物質の有害性同定、量反応評価、曝露評価の3つからなります。すなわち、化学物質がどの臓器にどのような影響が生じるかを同定（有害性同定）することが第1歩です。その次は、化学物質による固有の影響がどの曝露濃度でどの程度（割合）がその影響を生じるか（量反応評価）を知ることが第2歩目です。これらを合わせた有害性評価を行った上で、実際の曝露がどの程度（曝露評価）が分かれば、実際のリスクが確定（リスクアセスメント）できます。

リスクアセスメントは上記の曝露評価を行えるか、が大きなポイントです。そのために曝露濃度が測定できないような新規化学物質を使ってしまうと、リスクアセスメントが困難です。コントロールバンディングという簡易なリスクアセスメント手法はあるものの、可能な限り曝露濃度が測定できる化学物質を使い、リスクを確定することが大切だと思います。

リスクアセスメントの先には、リスクマネジメントですが、リスクの大きさを確定せずに、リスクを管理することはできないので、如何に丁寧にリスクアセスメントをするかが大切です。

リスクアセスメントが苦手、と思わず、丁寧に取り組み、化学物質による健康障害を予防していきましょう。分からないことがあれば、いつでも産業保健相談員までご相談ください！



## 研修会レポート

### 研修会報告1

「石綿（アスベスト）関連疾患診断技術研修会（基礎研修）」について、報告します。

この研修会は、平成29年度石綿関連疾患診断技術普及事業において、独立行政法人労働者健康安全機構が主催となって開催したもので、全国で実施されました。

長野産業保健総合支援センターにおいては、千葉労災病院アスベスト疾患センター長由佐俊和先生を講師にお招きして実施しました。

石綿関連疾患診断技術研修  
(基礎研修)

生涯研修専門研修 2単位

平成30年 1月19日 金  
14:00~16:00

JA長野県ビル 12C会議室  
(長野市南長野石町177-3)

＜講師＞  
千葉労災病院 アスベスト疾患センター長  
由佐 俊和 先生

石綿関連疾患については、他の一般性疾患と比べて発症が少なく、診断が難症であることから、本研修の医師等は、診断に必要な専門知識を習得する観点から、職業安全衛生法に基づき、職業安全衛生研修が行われ、職業安全衛生研修修了証を授けられ、石綿の一般性知識、石綿と健康との関係、石綿関連疾患の診断及び労務管理制度等について解説する。

石綿関連疾患については、他の一般性疾患と比べて発症が少なく、診断が難症であることから、本研修の医師等は、診断に必要な専門知識を習得する観点から、職業安全衛生法に基づき、職業安全衛生研修が行われ、職業安全衛生研修修了証を授けられ、石綿の一般性知識、石綿と健康との関係、石綿関連疾患の診断及び労務管理制度等について解説する。

石綿関連疾患については、他の一般性疾患と比べて発症が少なく、診断が難症であることから、本研修の医師等は、診断に必要な専門知識を習得する観点から、職業安全衛生法に基づき、職業安全衛生研修が行われ、職業安全衛生研修修了証を授けられ、石綿の一般性知識、石綿と健康との関係、石綿関連疾患の診断及び労務管理制度等について解説する。



研修は、石綿関連疾患について未経験の医師を対象に、石綿に関する一般的知識、石綿ばく露歴の把握方法、石綿関連疾患の診断及び労災補償制度等に関する基礎研修との位置付けですが、石綿を取り扱う作業について写真を示しながらの説明、悪性胸膜中皮腫の画像所見、石綿肺の画像所見についての説明に至るまで、医師でない私にも理解できるものでした。

参加された方は、ほとんどが医師の方ですが、アンケートでは有意義であったとのご意見を多くいただきました。一方、開催日について、「土曜日にしてほしい」など研修日程についてのご意見もいただいております、今後の参考にさせていただきたいと思われました。



## 研修会報告 2

「生活習慣病対策の具体的な栄養指導について

～検査値を読み取っての症例について～」 について報告します。

講師は、長野県栄養士会会長園原規子先生です。

年齢、性別、職業、身長、体重、体脂肪率、既往歴、投薬状況、健康診断の検査値などの異なる幾つかの症例を示して、注目すべき検査値、その検査値から見出す問題点、適切な栄養指導の方法などを説明頂きました。

具体的な事例を挙げて個々のケースに対する対応の説明であり、受講者からは、「具体的な内容で、現場で活かそう。」「すぐに健康指導に結び付けられる。」など好評なご意見をいただきました。

講師の園原先生は、どんな質問でも、気さくに答えてくださいます。

蛇足ですが、研修会終了後、私が先生に個別で、体重増加を気にする中学生のケースについて質問したところ、「身長が伸びるのだから体重は増えて当たり前。スポーツをしているのであれば、体重のことより、筋肉の持久力をつけるためにしっかりご飯を食べさせなさい。」と教えていただき、早速実践させることとしました。



## 研修会報告 3

「労働災害発生時の対応 ～労災が発生した、どうしよう～」 について、報告します。

講師は、HSC 健康科学コンサルティング株式会社長野営業所長 今井千一先生です。

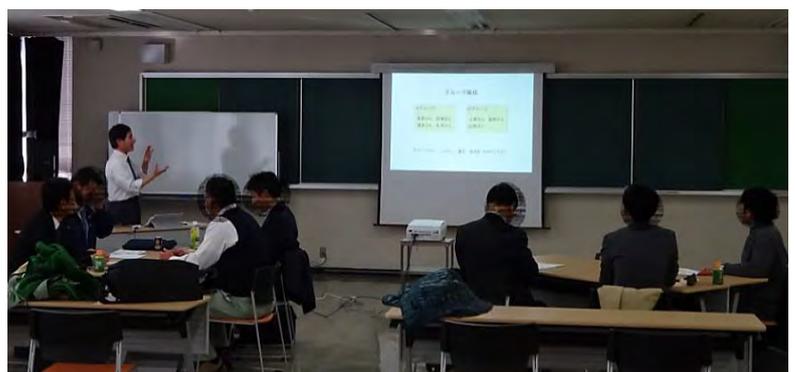
このような研修テーマは、これまで当センターでは無かったテーマです。

研修では、腰痛などの疾病を含めた労働災害発生への初期対応、原因分析という内容をグループ討議を含めて展開されました。

受講者からは、「初期対応は分かっている様で分かっていなかった。」

「原因分析の基本が学べた。」などのご意見をいただきました。

あらためて、基本的な内容の研修も重要であると感じました。



各地域産業保健センターのコーディネーターに地域窓口の活動やコーディネーターの仕事について、レポートしてもらいます。



## 長野

ちょっと大きな話ですが…

長野地域産業保健センターでは、長野労働基準監督署管内の長野市、千曲市、埴科郡、上水内郡を担当区域としています。更級、千曲、上水内、長野市の4つの医師会のご協力をいただき、主に医師会や商工会議所の会議室をお借りして産業医と保健師による相談業務を行っています。相談件数が多くほとんどがこの窓口相談となり、事業場訪問はなかなか実施できていないのが実情です。



松代城跡（太鼓門）

県都を抱えているせいか首都圏等に本社のある支店や営業所等の利用が多くあり、実際、長時間労働による面接指導については約7割がこうした県外企業の事業場となっています。逆に、健康診断結果の意見聴取は約8割が地元の小規模事業場の利用となっており、事業の趣旨が生かされていると感じています。

相談では今はやりの言葉でいえば労働者ファーストで臨むべきではありますが、小規模事業場の経営の実情も察せられ苦渋の思いを抱くときもあります。こんな中で真に従業員の健康を心配しておられる事業主さんに出会うと非常にうれしくなり、こういう会社のご発展を願わずにはおられません。

ところで、私たちが対象とする50人未満の事業所で働く人の数はどれ位でしょうか。いろいろ統計を調べてみましたが一つ見つかりました。総務省と経済産業省が実施している経済センサスです。これによると全国の雇用労働者は5,700万人、その約6割に当たる3,400万人が50人未満の事業箇所です。（因みに事業所の数は全体の96%に当たる520万所です。）私たちの仕事はこの3,400万人の幸せを願う仕事ということになります。とても大きな話でした。



満開の城内の桜

長野地域産業保健センター  
コーディネーター 加藤 英郎

## 上伊那

労働衛生の普及・改善について

65歳のとき、住民健診で初めてCT検査を受けたのが始まりで、半年のうちに2か所も手術をする羽目になりました。周りの人たちを見ても、みんな元気で暮らしているのに、何故自分だけが・・・気が滅入ること度々でした。



それでも早期発見は、治療を受けるうえで励みになり、また、糖尿があると手術できないとか、PET検査も血糖値が高いとできないとか、病室で入院患者の人たちの話を聞き、それらをクリアーできた自分は、ウォーキングや減塩など日頃の努力のお陰なのかと、健康な人より一つ下の満足で納得しているこの頃です。

健康診断の大切さを身をもって知ったそんな中で、コーディネーターとして上伊那地域に働く人たちの健康に関する仕事に携わらせていただくようになり、相談の折、傍らで産業医の先生の指導を聞く度に、「今ならまだ間に合う！今ならまだ取り戻せる！」と思うことしきりです。仕事や家庭また地域のことで忙しい年代の皆さん、自分のことは構っていただけないかも知れませんが、今こそ自分の健康を守るために何か取り組むことが、これから先まだ



三峰川堤防

まだ長く働かなければならない時代、元気に乗り切ることにつながるのではないのでしょうか。

1事業場でも、1人でも多くの事業主及び労働者の皆さんに、産業保健に係る相談制度をご利用いただきたいと思う次第です。

上伊那地域産業保健センター  
コーディネーター 村田 隆男

## 小諸・佐久

### 健康意識のきっかけになればと願って

小諸・佐久地域産業保健センターは、平成8年に小諸労働基準監督署管内に設立されました。

近年の小諸・佐久地域産業保健センターは、小諸北佐久医師会と佐久医師会の産業医19名、保健師2名のご協力をいただき約100前後の事業場における約1,500人の労働者の健康相談等を行っております。

一昨年の軽井沢におけるスキーバス転落事故以降、これまでは健康診断の結果に対する産業医の意見聴取などについて、ご理解いただけなかった事業場の方から依頼を受けるようになり、今年度は計画した日程では需要に応じられなくなって、産業医並びに

保健師そして会場の確保に関係者のご協力をいただき、計画外の窓口健康相談を増設しました。

平成27年から新たに加えられた高ストレス者面接指導も増加しており、関係する皆さんのご協力なくして推進は出来ません。

限られたスタッフと時間でも、的確に対処できるようコーディネーターとして努力してまいり所存ですので、よろしくご協力の程お願い申し上げます。



浅間山

小諸・佐久地域産業保健センター  
コーディネーター 須藤 馨

## 促進員通信



昨年 8 月から委嘱を受け、両立支援促進員として、研修会の実施、県内 2 病院（信州大学病院及び長野市民病院）での出張相談対応、その他会社や患者（労働者）からのご相談に対応しています。

がん患者のうち、「体力の低下や勤務調整が困難であることを理由に退職又は解雇された者の割合は約 3 割」、「2 週に一度通院が必要な病状では働き続けることは困難という認識が約 6 割」といった調査データがあります。医療の進歩により、がんは不治

の病から長く付き合う病気になったと言われている一方で、がんになり患すると多くの人が、診断早期に働けないと判断しており、疾病に対する労働者自身の不十分な理解、職場の理解不足や支援不足により就労の継続が困難な状況になっているようです。

治療と仕事の両立支援は、就労継続を希望していて、配慮をすれば就労できるという労働者に対し、必要な範囲で、会社の事情にに応じてできる配慮を行っていくことですが、具体的にどのような両立支援を進めればよいかわからない場合は、ぜひ両立支援促進員をご利用ください。主治医への情報提供や意見書の取り方、両立支援プランの作成など、個別のご相談にも対応いたします。ご連絡お待ちしております。



両立支援促進員 五味 史江

## 産業保健トピックス

### 治療と仕事の両立支援啓発動画のご案内

平成 28 年 2 月に厚生労働省から公表された「事業場における治療と職業生活の両立支援のためのガイドライン」について、事業者、人事労務担当者の皆さんに理解していただくとともに、両立支援について社員の皆さんにも一緒に考えていただくために作成された動画です。がんを発症した社員とその上司、人事労務担当者のやり取りと通じて、治療と職業生活の両立支援のために会社はどのように対応したらよいかをシミュレーションドラマを通して解説しています。

労働者健康安全機構のホームページから無料で視聴することができます。



### 「STOP！熱中症 クールワークキャンペーン」の実施について

厚生労働省は、平成 30 年 5 月 1 日から 9 月 30 日までの期間、「STOP！熱中症 クールワークキャンペーン」を実施します。

このキャンペーンは、職場における熱中症予防対策の浸透を図るとともに、重篤な災害を防ぐために、事業場における WBGT 値の把握や緊急時の連絡体制の整備等を特に重点的に実施し、あらためて職場における熱中症予防対策の徹底をはかることを目的としています。



## 平成 30 年度上半期産業保健研修計画を作成しました

平成 30 年 4 月から 9 月までの産業保健研修会計画ができました。  
研修会のチラシ、当センターのホームページでご確認下さい。

また、お申し込みは、研修会チラシの受講申込書にご記入いただきセンターにファックスしていただくか、当センターのホームページから申込可能です。

参加費は無料です。多くの方のご参加をお待ちしています。

(なお、会場によっては定員に達する場合がありますので、早めにお申し込みください。)



## “信州さんぽメールマガジン” をお届けします！



センターでは利用者の皆さまへ、産業保健に関する最新情報などを掲載している「信州さんぽメールマガジン」を定期的に（月 1 回程）お届けいたします。

「信州さんぽメールマガジン」の配信をご希望の方は、当センターのホームページ (<http://www.naganos.johas.go.jp>) からご登録いただきますよう、お願いいたします。

なお、お預かりしたアドレス等の個人情報は、「信州さんぽメールマガジン」の配信ならびに長野産業保健総合支援センターからのお知らせ以外には使用いたしません。



## 講師紹介のお申込み

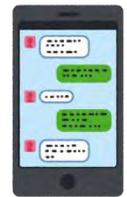
事業場または団体が主催する労働衛生大会などの講師に、当センターの産業保健相談員を紹介いたします。「講師紹介」を依頼される場合には、当センターのホームページ (<http://www.naganos.johas.go.jp>) から申込書を印刷していただき必要事項を記入の上、FAX でお申込み下さい。講師料は依頼者負担となります。

## 編集後記

中学生になる子供が LINE をしたいと言い出しました。

LINE をしたい理由は、仲のいい友達がやっているからとのこと。

LINE のリスクはよく取り上げられます。そのことについてちゃんと勉強したことはなく、何となくいじめの温床になる、怖いものといった印象ですが、メールに比べて確かに簡単で楽しい。ただ、個人的には、リスクだけでなく、日本語力の低下に懸念を持っています。LINE でのやり取りは、フレーズや単語、「スタンプ」というとても会話や文章とは程遠いもので、これに慣れてしまうとちゃんとした日本語会話が出来なくなるのではないかと感じています。



そんな中、「言葉の力」を大きく感じる出来事がありました。

ある事案を弁護士に相談したケースで、事案に対する見立て、対処の方針を簡潔かつ的確に説明され、人を納得させ、感動させる会話、文章があるのだと強く感じ、この人にはかなわないと思われました。

今、1 日の読書量ゼロである大学生が 50%を超えるそうですが、文章力の低下はますます深刻になりそうです。コミュニケーションが空虚な単語のやり取りだけにならないと良いのですが。

ところで、子供に LINE を許可したかということ、月 1 冊以上の読書とそれについてのレポート、使用時間の制限などを条件にひとまず許可しました。

(副所長)

