

所長通信

スタッフの子供が「腰が痛い」といっている。毎日問題なく高校へは通っている。その日も普通に朝登校した。「どうでしょう」との問いに「腰以外に不都合がなければ様子を見たらいいがですか」と答えた。痛みは最も原始的で、緊急性のあるアラームで、そして時には私たちの生死にかかわる重大な病気の始まりであることもある。この場合はまず成長期の一過性の腰痛、あるいは単に「イタイのイタイの飛んでいけ」といわれた幼児返りの甘えかもしれない。次の機会にはそれとなく触ってあげたらとアドバイスをした。しかし数日で問われるまでもなく治まったようで何事もなく済んだ。



職場での「健康管理」の一端を担っている産業医のかかわり方はいろいろな方法で展開されていると思うが、法令上健康診断後の保健指導が大きなウェイトを占めていることは論をまたない。しかしその内容は20年近く同じ職場を担当してきた経験より、健診の限界と指導の無力さ(無意味さ)をいたく痛感する。それで大きくかじ取りを変えたのは、健診結果の大部分を占めるデータを主に見るのではなく、自覚症状・他覚症状に対象者をシフトすることにした。もちろんメタボリック・シンドロームを無視する



わけでもなく、程度が高く、リスクの重複が多い該当者には早めの面談を心がけている。時には面談指導後経過を観察し、その後必要に応じ診察に結び付けている。さて自覚症状で多いのはやはり腰痛、頭痛、肩こり、なぜかこの職場では目の疲れ、見えにくいとの訴えが目につく。さらにだるい・疲れやすい、便秘・下痢と続く。少数ながら眠れない、イライラするとの記載もある。これは緊急を要する自覚症状だ。もっとも健診結果を見て、仕訳をし、面談の優先順位を決め、さらに勤務のシフトを参照し、面談のスケジュールが決められ晴れて面談が行われるのは、健診日より3ヵ月あるいはそれ以上かかる。本人も記載を忘れる状況になっていることもある。それはそれで良しとするが…。

はそれで良しとするが…。

大きな割合を占める腰痛は10数年来、松平 浩 氏のパンフを使用し面談時に使用している。しばらく前にある会合で彼と出会い「このパンフで修正するところはあるですか」との問いに「特にありません」との返事を頂いた。パンフの中心になる腰痛に対する「これだけ体操」は彼の著書でも、Web 上でもみられる。この内容について紙幅の都合でいくつかのタイトルと若干の説明をする。

このパンフの表題は「新職場の腰痛対策マニュアル」である。新常識としてのテーマと解説が続く、「腰痛がある時は『とりあえず安静』とっていませんか？」

今まではそうですが心配のない腰痛に対しては、今や予防としても治療としても世界的に安静は薦められていません。ぎっくり腰でさえも安静を保ちすぎるとかえってその後の経過がよくないことがわかっています。

「レントゲンや MRI の所見をみて、『ヘルニアがある』『ずれがある』等々言われると、これらが腰痛の原因と思ってしまういませんか？」

画像所見のほとんどは腰痛の原因を説明できません。ヘルニア像を含めこのような所見は腰痛があろうがなかろうがどれか一つは多くの人に見られます。逆に腰痛もちでも画像に全く所見がない人もいます。椎間板に負担がかかっている所見は、20代からみられることは珍しくありません。



よくある質問として「ぎっくり腰になったら」に関連し

◎ベルトの装着について

◎痛み止めの服用の是非

◎冷やす？温める？

◎安静時間はどれくらいみればいいですか？

についての答えが詳記されている。(いつでも詳細についてはお答えします。筆者)

また病院で診てもらったほうがよい特異的な病気を疑う随伴症状が列記されている。

さらに「仕事に支障をきたす腰痛がおきたり長引いたりする危険因子は？」



1. 腰にかかる負担

2. 心理・社会的な問題

これは人間関係のストレスや仕事上の負荷がこれに相当する。1,2の関与の割合は事例によって大幅に異なると思われるが、ほとんどの原因が2である腰痛も珍しくない。

腰痛については推理作家 NS 氏のこんな例もある

2年来激しい腰痛で苦しんでいた。鎮痛剤はどれも効かず、祈祷や除霊までも含めあらゆる療法を試みたが治らず、執筆活動にも悪影響を与えていた。ある時神経内科医と出会い、薦められて精神安定剤・心理療法を受けたところ腰痛が嘘のように消え、執筆活動も元に戻れたとのこと。



このような例を面談者にお話しつつ、慢性化している腰痛では(普通に働いている従業員なのですべて慢性の腰痛である)、精神安定剤も選択肢になりえますと説明。受け持ち医に言いにくければ産業医が言っていましたといいなさいと誘導している。

小生も激しい痛みを伴ったぎっくり腰を少なくとも3回経験した。病院勤務中ではあったが、1,2回の鎮痛剤の内服で仕事は休まず、白衣の下で腰をかがめて、外来に向かったのを思い出した。同じころ同僚がやはりぎっくり腰にかかった。「俺は全快まで1週間入院していた」と自慢気に話していたのが印象的だった。

さて頭痛についても同様な見立てができるのではないだろうか。普段から概ね支障なく勤務をしている従業員なので緊急を要する頭痛はまず遭遇しない。腰痛にも言えることだろうが重大な病気にかかわる頭痛は意識障害、嘔吐、発熱、麻痺など随伴症状をとまなうことがほとんどである。つまりいつもと違う状況の頭痛を経験したら、素早く救急の対応をすべきである。



面談場面での多くの方は頭痛薬を随時服用している人が多く、それは売薬であつたり受け持ち医の処方であつたりする。服用がそれほど頻回でなく、服用によりすっきりすればそれで良いのだが、まれには頭痛薬の連用によって頭痛が持続し、内服が止められなくなる例もあるとのこと。月に10回以上の内服はこのような事態になる可能性があると言明する専門家は忠告している。頭痛薬の服用の頻度を尋ねるのは当然である。こうして頭痛は(慢性)腰痛と同じように最初のきっかけは、はっきりしている場合もあるだろうが、このような損傷では数週間で当該部位はすでに治癒していると思われる。長引くのは上述のごとく心理・社会的要因が大きいと思わざるを得ない。

頭痛をきっかけに受診し、「CT 検査等で何もありませんでした」と誇らしげに面談者は言う。それは良かったですねといいつつ、検査の結果は受診する前からわかっていましたと伝える。随伴症状もない慢性頭痛は経過をみながら付き合っていけばよいのではないのでしょうか。



さて小生もこの間、激しい胸痛に襲われた。平生年齢的に何が起きても不思議はないと思っている。前胸部胸骨の上方でかなり限局的で、なんとも重苦しいきつい痛みだった。脈が速くなったり、呼吸に影響があるわけではなく、また呼吸により変化するわけでもなく痛みは放散せず、心臓・肺等の胸部の内臓に関連しているとは思われないと判断した。といって以前経験した片側だけの帯状疱疹によるものとは思えない。出勤前で仕事を休もうと思ったくらいだ。じっとしてさらなる変化もなく10分くらい持続したろうか、徐々におさまる事なきを得た。ここ数ヵ月で全く同じ胸痛を2度ほど経験した。そこで約30年前のこの部位の激しい胸部打撲を思い出した。きっかけは忘れたが、短期間だが鎮

痛剤とシップは試みた。効果はあまりなく胸痛を忘れるまで数か月を要した記憶はある。今回の胸痛の出現に心理・社会的要因は考えられず、また庭仕事も(最近はほとんど雑草とりだが)1年前の内科入院の影響で疲れが出やすいので無理な体勢と長時間は避けている。

このエピソードについて小生の考えでは胸部に器質的变化はなく、ストレスがきっかけとなるわけであるが現段階では、これからも説明できない。不合理なことが起きるのが人生で、生きているということだと達観しているが、江戸時代の貝原益軒の記した養生訓にも

「養生の術は先ず心気を養うべし。心を和らかにし、気を平らかにし、怒りと欲とをおさへ、うれひ・思いを少なくし、心をくるしめず、気をそこはず、是心気を養う要道なり。」

とあるではないか。要するに少々の不都合があっても健康だと思えば健康なのだ。

(所長 疋 暎雄)

相談員通信

お口の健康と感染症

口腔ケアはウイルス感染への水際対策です

産業保健相談員(産業歯科担当) 山岸 光男

新型コロナウイルス感染症は現在第4波に入り、変異株の感染力が強いこともあり感染者が急増する事態となっています。当初は、歯科治療からの感染リスクが高いという報道がなされ、歯科治療のみならず、日常の口腔ケアまで控えるという本末転倒ともいえる事態が起きてしまいました。実際には歯科治療が原因で起きたクラスター発生は現在のところ全国的にも報告されていません。安心して歯科治療を受けていただきたいと思います。

一般に風邪(インフルエンザも含む)予防にはうがい、手洗いが大切であることはご存知だと思います。ウイルスが鼻や口から体内に侵入すると考えられているからです。ウイルスは体に入ってもすぐに感染が起こるわけではありません。ウイルスの遺伝子が細胞内に侵入して初めて増殖できるのです。そのためにウイルスは細胞に入りやすくする酵素を持っています。実はお口の中の細菌もこの酵素を持っているのです。お口の中の細菌が多いとウイルスの侵入を助けることになってしまいます。また、今は多くの方がマスクをつけていますが、息苦しいためお口で息をしていませんか？天然のフィルターである鼻を通さずに口呼吸となることで、感染のリスクが増すとともに、口の中が乾いて唾液による作用が減り、お口の中の細菌が増えてしまいます。マスクをして守られているように感じがちですが、意外な落とし穴があるのです。

さあ、そんな時に皆さんが行える口腔環境対策といえば、第一は歯みがきですよ。手洗いと一緒に口洗いです。うがいで良いのではと思われる方もいると思いますが、食器を洗う時に洗剤につけるだけでそのまま流しますか？スポンジでこすり洗いをしますよね。お口の中も同様にきちんと洗う事が大切です。また歯の周りはとても複雑で、形に合わせて磨いていただくことが大切です。きちんと磨けているか一度指導を受けてみてください。

第二に大切なのは体の免疫力です。ワクチンもこの免疫反応を利用したものです。免疫力アップには腸内環境が大切だといわれますが、腸内細菌バランス(腸内フローラ)に口腔環境が影響することがわかっています。『お口の中をきれいにする！！』これで免疫力アップです。『口から出てくるウイルスが問題なのでは？』と言われる方もいると思いますが、歯磨き粉にはウイルスの嫌いな界面活性剤が含まれています。また、うがいの水で大幅に希釈します。うがいの水は洗面台に吐き出すわけですから、大声で騒いで周り中に飛ばすのとは訳が違います。リスクはとても低くなります。むし歯や歯周病がある方はその治療をしておくことが感染予防に非常に大切であることはいまでもありません。

こんな時だからこそ、皆さん歯科健診に行って健康を目指しませんか。『健康は健口から』最近の研修会では全身の栄養と歯科についてもお話ししています。是非ご聴講ください。



職場における熱中症の予防対策について

長野労働局労働基準部健康安全課長 金子 隆太郎

令和3年4月1日付けで長野労働局労働基準部健康安全課長に就任いたしました、金子と申します。昨年度までは、厚生労働省本省にて、労働者の電離放射線障害防止を担当しておりました。どうぞよろしくお願いいたします。



長野県には、学生時代にサークルの合宿で毎年野沢温泉にお邪魔させていただいていた、などのご縁はございましたものの、住むのは初めての経験です。人生のほとんどを東京で過ごしていた私ですので、未だに天気予報もつい、長野と東京の両方を見てしまいます。4月は、一見気温にあまり変わりはないかと思いきや、それは最高気温だけでした。朝晩の冷え込みは私にとってなかなか厳しく、冬が心配になっていました。しかし、5月に入ってから、一日中だいが暖かくなったと感じています。心地よい気温の日々がずっと続いてほしいと思いますが、6月から7月、8月と、長野の夏も大変暑いと伺っています。

さて、厚生労働省では、5月から9月にかけて「STOP！熱中症 クールワークキャンペーン」を展開しています。長野県内における熱中症の発生は、7～8月に圧倒的に多くなる傾向があることから、長野労働局ではこの2か月間を、本キャンペーンにおける重点取組期間としています。この「信州さんぽ」が皆さまのところに届けられるのが、7月10日ごろと伺っておりますので、これからしばらくは、熱中症の危険が最も高い日々が続くことになります。熱中症の予防については、すでに様々な場面でお聞きになっているかもしれませんが、最悪の場合死亡に至ることもある熱中症の危険が高まるこの時期に、簡単ではございますが、改めて私からもお話し上げたいと思います。

熱中症予防対策について、皆さまにお役立ていただけるものとして、本キャンペーンのリーフレットをまずは紹介いたします。本リーフレットはチェックリストにもなっており、チェックを入れながら実施事項や皆さまの事業場における取組状況を確認できるようになっています。こちらは長野労働局のウェブサイトや長野労働局・管内労働基準監督署にて入手可能です。

本リーフレットは毎年公表しているものですが、今年から、「プレクーリング」が新たな実施事項に追加されました。「プレクーリング」は、作業開始前にあらかじめ深部体温を下げ、作業中の体温上昇を抑えるもので、体表面を冷却する方法と、冷水や流動性の氷状飲料などを摂取して体内から冷却する方法があります。作業開始前や休憩時間中の「プレクーリング」の実施について、ぜひご検討ください。

また、本リーフレットでも注意喚起していますが、今年も熱中症予防対策に当たっては、新型コロナウイルス感染症対策の観点から、「マスク着用」との共存が大きなポイントになります。作業の種類、作業負荷、気象条件などに応じてどのタイプのマスクを選ぶか、また、マスクの着用が必須と考えられる場面や逆に周囲に人がいない状況等マスクを外してもよい場面について明確にしておき、関係者に周知しておくことが望まれます。

最後に、職場における熱中症予防対策について、包括的に情報を得ることができる熱中症ポータルサイト、「学ぼう！備えよう！職場の仲間を守ろう！職場における熱中症予防情報」をご紹介します。このポータルサイトには、「職場における熱中症予防対策マニュアル」などの資料に加え、e-learning 教材やクイズなども掲載されていますので、労働者一人ひとりに熱中症について正しい知識を気軽に学んでいただけるものとなっています。ぜひ訪問してみてください。

天気をコントロールすることはできませんが、暑い夏に負けないように、熱中症の予防対策をしっかりと行っていただくよう、よろしくお願い申し上げます。



促進員通信

「時代の変化に対応できる企業が生き残る」

2011 年度より、メンタルヘルス対策促進員を拝命頂き、10 年になりました。現在はコロナ禍ですが、国の働き方改革関連法による労働法の改正もあり、労働を取り巻く環境はどんどん変化しております。

私がメンタルヘルス対策促進員として支援活動を始めた当初は、これからメンタルヘルス対策に取り組む事業場が多く、支援も「メンタルヘルス対策の導入支援」がメインでした。その後、平成 27 年 12 月には、常時 50 人以上の労働者を使用している事業場に、ストレスチェック制度の実施が義務化され、それに合わせ「ストレスチェック制度導入に関する支援」も行いました。この辺りから、メンタルヘルス対策は、安全衛生対策というより各企業のリスクマネジメントの一環として取り組む企業が増えてきたように感じます。また最近では、健康経営を意識する企業が増え、経済産業省の「健康経営優良法人認定制度」の健康経営取組の一つとして、メンタルヘルス対策を行う企業への支援や、ストレスチェック実施後の「職場環境改善」に取り組む事業場への支援など、各企業や事業場により支援は様々です。

メンタルヘルス対策に対する国の助成制度としては、平成 27 年から「産業保健助成金」が活用できるようになりました。例えば「心の健康づくり計画」を促進員の支援を受けて策定、さらにその一部を実施した場合には 10 万円ですが、助成金も申請できます。この助成金の関係で、最近では、小規模事業場でメンタルヘルス対策に取り組む事業場が増えたと感じます。また、国が推奨する取組には、必ずと言っても良いほど助成制度が付いてまいります。

最後に、「時代の変化に対応できる企業が生き残る」。まさに今このコロナ禍で厳しい状況ではありますが、企業の皆様には、どんな状況にも対応できる、乗り越えられる強い企業を目指し、前向きに出来ることから取り組んで頂きたいと思います。そして何を行うにも、働く方々のメンタルが基本となりますので、各企業の有益となるような取組支援について、私もメンタルヘルス対策促進員として微力ながら精一杯ご支援させていただきたく思います。またどこかで支援にお伺いさせていただいた際は、宜しくお願い致します。

(メンタルヘルス対策促進員 中村 光子)

地産保通信

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。

松本地域（塩筑）

業務開始から一年経過

昨年7月から松本地域産業保健センター塩筑担当コーディネーターとして活動をしています西尾と申します。私には産業保健についての知識はほとんどありませんが、唯一サラリーマン時代の昭和50年代の一時期いわゆる労安委員を務めたことがあります。ただ私がいた職場は日勤と深夜業(24時間勤務)が混在していましたので、職場の健康診断が年一回の人と、二回の人がいるという理由を知っていた程度の浅い知識しか持ち合わせていませんでした。こんな私がこの仕事につくのはかなり無謀だったのかもしれませんが……。

塩筑の状況について少し説明させていただきます。従来の松本地域産業保健センターから、塩尻市・木曽郡・東筑摩郡を分離し、塩筑担当として平成30年9月から業務を行っています。

各事業所からの申込を受けて実施する健康相談ですが、本年度初めて4月および5月については2回ずつ



木曽大橋

開催しました。コロナの影響もあって昨年度末に申し込みが集中し、1・2月は聴取対象人数が平均130名を上回り、開催時間が産業医・保健師の上限である3時間を超えてしまうこともあり、実施時期を新年度に持越しせざるを得ない事業所があったためです。このため長野産保に助けを求め、塩筑医師会や北野産業保健専門職のご協力もあり開催日数の増加をして頂きました。その他の月は各一回、今年度は14回の開催予定となっていますが、今後も開催については柔軟に対応して頂ける事になりました。

また塩筑地域は専用の相談会場を持っていないため、会場の確保にも一苦労しているところです。

先日、メンタルヘルス不調者の相談について問合せがありました、当該労働者に主治医がいたため地域産業保健センターでの相談実施には至りませんでした。問合せを受けて松本の滝口コーディネーターに相談したり、産業医の先生と相談する中で、メンタルヘルス不調者相談に適任の産業医がいることを知りました。次回からはスムーズな対応が出来るそうです。

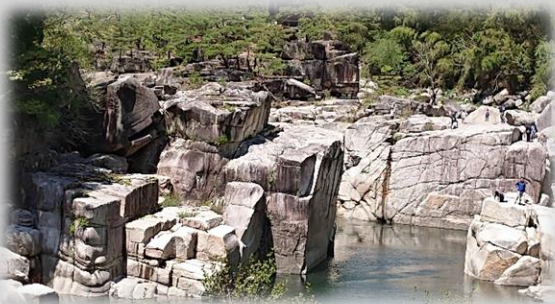
健康相談を見ていて思うことがあります。いわゆる「運送業」と呼ばれる職場で働く人の診断結果が、肥満、高尿酸血症、血中脂質異常を指摘される割合が高い印象を持ちます。やはり仕事柄、外食やコンビニ弁当、缶コーヒー等の食生活の問題や運動不足になりがちだからでしょうか、気になるところです。

コロナの影響もあり郵送での相談を希望する事業所も数か所ありましたが、やはり働く人の状態を知る職場の担当者に来ていただいて実施するのがより効率的で実のある健康相談になるのではないかと思います(もちろん感染対策をした上で)。

他の地域産業保健センターの様子はどうでしょう「信州さんぽ」を通してでも結構です。状況を知りたいと思います。

仕事を始めて1年になりますが労働基準監督署から指摘されて初めて参加するという事業所も数か所ありました、条件を満たす多くの事業所の参加を期待し、他地域の活動も参考にしながらこれからの業務に臨みたいと思います。

松本地域産業保健センター
塩筑担当コーディネーター 西尾 康男



寝覚ノ床

保健師通信

第 94 回日本産業衛生学会に参加しました。

第 94 回という歴史ある日本産業衛生学会(5/18~5/21 松本市開催)に長野産保センターとして参加しましたのでご報告いたします。

下記の写真のとおり、会場のエントランスに、ブースを設け、産保センターの PR を行いました。また、学会参加者および関係者1500余名に産保センター名入りの不織布バックを配布しました。

コロナ禍であり、緊急事態宣言が出されていた県もあり、会場参加は 400 名程とお聞きしましたが、人気のセッションでは三密を避けた座席配置のため会場いっぱい

のところもありました。かた

や大会場でありながら参加者がまばらであり、さみしい気がしていると、「WEB 参加者が 400 名です」とアナウンスがあり、目に見えない参加者をイメージすることができました。

学会の発表を聞きながら、毎日狭い思考回路で仕事を行いがちな自分を反省した次第です。

(産業保健専門職 北野 和子)



研修会レポート

コロナ禍ではございますが、感染症対策を取りながら今年度も当センターの産業保健研修会を開始いたしました。今回も産業保健研修会について、少し紹介させていただきます。

研修会報告 1

「新任人事担当者のためのメンタルヘルス基礎知識」についてご報告します。講師は長野産業保健総合支援センター産業保健相談員の高橋知也先生です。この研修では、新たに人事担当者に任命された方など、メンタルヘルスの基礎的な知識から対処法について解説いただきました。私は高橋先生の講義は何回も聴いていますが、たいへんわかりやすくお話しいただき、理解しやすいです。

途中、コロナ対策としてパーテーションを使用しながらロールプレイを行いました。参加者2名1組で行い、役を決めて、与えられた時間その役をやり続けるというものでした。

私は研修室の後ろにいましたが、参加者の皆様がどのような反応をされているかとても興味深く拝見していました。

参加者からは、「メンタルヘルスについての基礎が少し理解できた」「実利的な講義で良い」「ストレス対応を学びたく参加したため、聴く力の項目がたいへん参考になった」「今年度から新卒者の担当を行う事になったが、忘れていたことを思い出した。」などのご感想をいただきました。



研修会報告 2

「冷静にマネジメントするために」についてご報告します。講師は株式会社 Dream Seed 代表取締役の三井洋子先生です。このテーマの研修は、過去にも集合形式で実施したことがございますが、今回はオンラインで実施されました。「Cisco-Webex Meetings」というオンライン会議システムを使用し、講師と参加者の双方のやりとりができ、質問もお互いの顔を見ながらできるような形で行われました。

サブテーマが「アンガーマネジメントのその前に」ですが、私も日常生活の中で怒ってしまうことがあります。怒っちゃいけないと思っていても忙しかったり自分に余裕が無かったりした場合など、なかなか我慢が出来ず、つつい…。ですが、そういった怒りなどの感情には実は意味があるんだ、と先生のお話を聴いていてなると理解が深まりました。

参加者からは、「今までいろんな研修に参加してきたが、一番自分の中で腑に落ちました。」「社内での相談や管理者教育の参考になる。」「自分自身のセルフケアのためにも内容が有効だった。」「カウンセリングなど事例や先生の身近な話などは分かりやすかった。」などのご感想をいただきました。



今回は、メンタルヘルス関連の二つの研修会についてご紹介させていただきました。

当センターには、メンタルヘルスの研修についてのお問い合わせも多くいただいております。事業場においてのメンタルヘルスの関心が年々高まっていることを実感しています。事業場のご担当者の方など、是非、当センターの研修会への参加をご検討いただければと思います。

もちろんメンタルヘルス以外の研修会もございますので、当センターのホームページをご覧くださいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

また、今年度上半期はオンラインによる研修会を月1回以上計画しております。いずれの研修会もとても多くのお申込みをいただいております。誠にありがとうございます。ご参加いただく皆様には、オンライン研修会は、接続テストなど事前準備の必要がございます。開催日前に参加案内のメールをお送りいたしますので、必ずご確認の上、ご準備くださいますようお願い申し上げます。 (労働衛生専門職 研修担当)

令和3年7～9月産業保健研修会(一部抜粋)のお知らせ

お申込みは、当センターの
ホームページからお願いします

会場	日時	テーマ/講師
(長野)鈴正ビル 2階 研修室	9月14日(火) 13:30～15:30	「職場のメンタルヘルス 事例検討 Q&A」 講師 オフィス・キャリアサポート 代表 古越 真佐子 氏
(佐久)中込会館 2階 会議室 1+4	9月17日(金) 10:00～12:00	「働き方改革の意義と実践」 講師 神田法律事務所 代表弁護士 織 英子 氏

産業医認定研修会

会場	日時	テーマ/講師	取得単位
JA長野県ビル 12階 12B 会議室	7月5日(月) 13:30～15:30	「職場で対応に苦慮するメンタルヘルス事例」 講師 栗田病院 院長 倉石 和明 氏	生涯:専門 1.0 単位 実地 1.0 単位
JA長野県ビル 12階 12B 会議室	7月7日(水) 13:30～16:00	2回シリーズ 第1回「局所排気装置の圧力損失計算実習」 講師 荻原労働衛生コンサルタント事務所 所長 荻原 幸男 氏	生涯:専門 1.0 単位 実地 1.5 単位
JA長野県ビル 12階 12B 会議室	7月14日(水) 13:30～16:00	2回シリーズ 第2回「局所排気装置の圧力損失計算実習」 講師 荻原労働衛生コンサルタント事務所 所長 荻原 幸男 氏	生涯:専門 1.0 単位 実地 1.5 単位
JA長野県ビル 12階 12B 会議室	7月29日(木) 13:40～15:40	「労働者の健康管理に役立つ知識」 講師 飯塚医院 院長 飯塚 康彦 氏	生涯:専門 2.0 単位
JA中信会館4階 401・402 会議室	8月2日(月) 15:00～17:00	「健康診断結果に基づく就業区分判定の事例検討」 講師 信州大学医学部産業衛生学講座 教授 塚原 照臣 氏	生涯:専門 2.0 単位
JA長野県ビル 12階 12D 会議室	8月4日(水) 14:00～16:00	「事後措置・保健指導に必要な各種健診・人間ドック結果の解釈」 講師 医療法人淳和会 小林病院 院長 小林 淳生 氏	生涯:専門 2.0 単位
上田商工会議所 5階 B ホール	9月15日(水) 13:40～15:40	「職場において必要な救急措置の知識」 講師 池田クリニック 院長 池田 正憲 氏	生涯:専門 1.0 単位 実地 1.0 単位
JA長野県ビル 12階 12B 会議室	9月30日(木) 13:30～15:30	「職場における睡眠異常」 講師 信州大学 名誉教授 田口 喜一郎 氏	生涯:専門 2.0 単位

※定員に達したため受付終了となっている場合もございますので、あらかじめご了承ください。詳細は、当センターホームページよりご確認ください。



編集後記

本年度4月にセンター副所長として着任しました辻合と申します。前任地は北アルプスと安曇野が知られている大町労働基準監督署でした。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

平成7年に開所した当センターも、今年で25年を迎えました。

今後とも、長野県内の産業保健活動の下支えとなるべく積極的に事業展開してまいりますので、ご支援、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

さて、今年度4月から、私こと副所長と新たに両立支援担当の1名の労働衛生専門職が変わり、新体制で事業運営を行っておりますので、ご紹介させていただきます。 (副所長)



○富岡 菊子(とみおか きくこ)

4月より労働衛生専門職(非常勤)として勤務しています富岡 菊子です。

菊の名が付き秋の生まれではないかと思われそうですが、1月生まれです。

医療の現場で看護師として勤務してきましたので、産保センターで治療と仕事の両立支援を担当することになり、未知なることが多く学ぶ事ばかりです。

大好きな花の季節を迎え、気持ちを盛り立てながら前進していきたいと思っています。

今後ともよろしくお願いいたします。