

鹿児島産業保健総合支援センターでは、身近で有用な情報を四半期に1回、当センターから毎月初めに配信したメールレター（無料）の内容を中心に取まとめて、本紙によりお伝えしております。

鹿児島産業保健総合支援センター所長の年頭ご挨拶

草野 健

新年あけましておめでとう御座います。

新たな年を迎え、皆様のご健勝を祈念します。

我が国の景気は緩やかに回復傾向にあるとはいえ、ここ鹿児島ではアベノミクスの恩恵は極めて限定的のようです。県内の事業場総数は3万を超えますが50人以上の事業場は1500余に過ぎず30人未満の零細事業場が9割以上を占めているのが鹿児島県の実情です。各業界団体の組織率もむしろ低下傾向にあり、労働者の真の実態を把握することが困難な状況です。そうした中でも労働局のデータでは労災発生件数も死亡例も僅かながらでも減少傾向にあることはささやかな朗報ですが、第12次防の目標達成は厳しい状態です。

昨年12月からストレスチェック制度が始まりました。未だ実施に移す事業場は殆どなく様子見の情勢ですが、本年11月末日までには実施しなければなりません。この制度の趣旨・目的は素晴らしいものですが実際に行うとなるとクリアしなければならない課題が少なくありません。事業場だけでなく産業医の側にも戸惑いや迷い、不安が小さくないと見受けられます。どんな施策・制度も完璧なものはありません。今回のストレスチェック制度も運用次第、活用法によってその成果は大きく左右されます。法的義務だからではなく、メンタル障害の未然防止にどう役立てるか、という観点を揺るがせずマニュアル通りではなく実情に即したマニュアルの応用が必須です。

また、リスクアセスメントの対象物質が大幅に増加します。化学物質による健康障害に関しては、多くの場合急性中毒は比較的に解明されデータもありますが慢性中毒に関するデータは不足しエビデンス不足という状況です。さらにSDSの多くはあらゆるデータの羅列で読み解くに聊か苦勞する代物です。専門家だけでなく産業医や取扱者は今まで以上に習熟する必要があります。一方、リスクアセスメントの必要性は化学物質だけに留まるものではありません。リスクのない作業現場はないのですから、どんな職場でも法的義務の有無に関わらずリスクアセスメントを導入することが望まれます。

世界経済の先行きは簡単に見通せるものではありませんが、戦火やテロが頻発しあらゆる面での格差が広がっている今日では確度の高い予想は望むべくもありません。しかし、だからこそ地道な「働く人」全ての健康・安全を守る活動は一層重要と言えます。

今年はオリンピックイヤーでもあります。微細でも平和で安全でそして健康に働ける社会実現の未来へ向けて力を併せる年にしたいと希望しています。

当センターの所属する労働者健康福祉機構は、4月より労働安全衛生総合研究所と統合され、独立行政法人労働者健康安全機構と名称が変更になります。安全と衛生が一体となって労働者の健康水準が向上し、一次予防の実が挙がることを願っています。

本年も旧年以上に宜しく願いいたします。



「働く人々の健康のために」 本年も鹿児島産業保健総合支援センターをご利用ください！

今冬のインフルエンザ総合対策について（厚生労働省）

季節性インフルエンザのウイルスにはA(H1N1)亜型（平成21年に流行した新型インフルエンザと同じもの）A(H3N2)亜型（いわゆる香港型）、B型の3つの種類があり、今冬はいずれも流行の可能性があります。流行しやすい年齢層はウイルスの型によって多少異なりますが、今年もすべての年齢の方がインフルエンザに注意する必要があります。

予防のために、

- ・人の多い場所への外出を控える
- ・外出時にはマスクで防御（ちゃんとインフルエンザを予防できるもの）
- ・「手洗い」「うがい」の徹底
- ・乾燥に気をつける
- ・栄養と休養

などを是非実践しましょう！



インフルエンザ流行中！

詳細⇒ <http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/influenza/index.html>

具体的対策

- 1 専用ホームページを開設
<http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/influenza/index.html>
- 2 インフルエンザ予防啓発ポスターを作成し、電子媒体で提供
<http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekkaku-kansenshou01/keihatu.html>
- 3 インフルエンザQ & Aの作成・公表等
<http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekkaku-kansenshou01/qa.html>
- 4 流行状況の提供 <http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekkaku-kansenshou01/houdou.html>
- 5 相談窓口の設置 対応日時：月曜日～金曜日（祝祭日除く）9：00～17：00
 電話番号：03-5276-9337
- 6 予防接種について
- 7 相談窓口の設置
- 8 施設内感染防止対策の推進
 インフルエンザ施設内感染予防の手引き
<http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekkaku-kansenshou01/dl/tebiki25.pdf>
 医療機関における院内感染対策マニュアル作成のための手引き
http://www.nih-janis.jp/material/material/Ver_5.0本文_070904.pdf
- 9 「咳エチケット」の普及啓発

鹿児島県内のインフルエンザの流行状況等

詳細⇒ <https://www.pref.kagoshima.jp/ae06/kenko-fukushi/kenko-iryo/kansen/info/infuru.html>

鹿児島県内においても、インフルエンザの流行シーズンに入ったと考えられることから、予防のためのワクチン接種のほか、外出後の手洗い、マスク着用、十分な休養とバランスのとれた栄養摂取に努めましょう。



～相談員からのメッセージ～

● 「労働衛生のしおり」

産業保健相談員 青山公治(担当分野:産業医学)

中央労働災害防止協会から毎年「労働衛生のしおり」という文庫本ほどの大きさの書籍が発行されています。内容は、最新の統計に基づく労働衛生の現況や最近の労働衛生対策に関する事項がコンパクトにかつ広汎に掲載されています。平成27年度版では、施行が間近いストレスチェック制度の概要が組まれています。その他には、労働衛生関係法令・指針・主要行政通達や職業性疾病発生事例も掲載されており、労働衛生に携わる人々の、まさに「しおり」となる書籍と思います。是非ご利用下さい。

● 「ストレスへの耐性:ハーディネス」

産業保健相談員 久留一郎(担当分野:カウンセリング)

労働安全衛生法の一部を改正する法律が公布され、職場のメンタルヘルス対策としてストレスチェック制度が始まる(施行期日は平成27年12月1日より)。ストレスに対する耐性、脆弱性などが医師、保健師等の専門家のチェックによりスクリーニングされ、労働者の心身の健康保持に努め、「メンタルヘルス」の予防に取り組むことになる。

「ストレスに対する頑健性(耐性)」のことを「ハーディネス」と呼んでいる。このハーディネスが頑健であればストレスに打ち勝つといわれている。米国での研究によれば、ストレスの高さと病気になる確率の関係を12年間にわたって調査した結果、以下の3つの要因がハーディネスと高い相関を有していることが見出された。

一つは、Control(統制)力が強いこと。自分の言動に自信を持ち、無力感に陥らないこと(適切な自尊感情)。二つには、Commitment(関わり合い)力が旺盛であること。自分の仕事に価値観を有し、周りの人との関係を有意義に感じており、否定的にならないこと(適切な自己肯定感)。三つには、Challenge(挑戦)力が旺盛であること。人間は様々な体験(ポジティブな体験、ネガティブな体験)から学び、精神的に成長する(自己実現傾向)。

この3要因は「自分(自己)との向き合い(対峙)」のありようを示している。

日本の精神文化(恥の文化)からすれば、いささかアグレッシブな印象もあるが、近年、米国流の生き方が我が国にも浸透してきている状況から見れば意味のある研究成果(生き方)を示唆しているように思われる。

● 国家資格「公認心理師」の誕生

産業保健相談員 山喜高秀(担当分野:カウンセリング)

昨年(平成27年)9月3日衆議院本会議、9日参議院本会議にて、全会一致で、「公認心理師法」が可決・成立しました。半世紀以上も前から切望されてきた心理職の国家資格化が、実現されたこととなります。これまで、「臨床心理士」という名称で社会的には広く周知されていましたが、その資格はあくまでも民間資格に位置づけられるものでした。それが今回、いよいよ、心理支援という行為の専門性が公に認められるとともに、その責任の重さ深さが国家資格という形になりました。

この資格の目的は、「国民の心の健康の保持増進に寄与すること」です。この資格の所管は、厚生労働省と文部科学省の2つの省庁です。受験資格は、指定されたカリキュラムを有する大学学部と大学院を修了した者を主とし、他にもそれに準ずるものが定められますが、詳細はこれから明らかになっていきます。いずれにしても、ますます難しい時代に入るといわれている中で、社会の多岐にわたる課題に取り組み、社会の付託に真に応えられるような「公認心理師」の誕生が期待されています。

★研修・セミナー予定及びメールレターの申込方法等については、当センターHPをご覧ください。★
本紙に対するご意見等をお寄せください! ⇒ E-Mail info@sanpo-kagoshima.jp