

鹿児島産業保健総合支援センターでは、四半期に1回、毎月初めに配信しているメールレターの内容などを中心に取りまとめで、本紙により配信しています。

令和6年「STOP！熱中症 クールワークキャンペーン」を実施します

厚生労働省では、労働災害防止団体などと連携して、「STOP！熱中症クールワークキャンペーン」を展開し、職場での熱中症予防のための重点的な取組を進めています。

令和6年においても、職場における熱中症予防対策を徹底するため、令和6年5月から9月まで、「STOP！熱中症 クールワークキャンペーン」を実施します。

https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_38059.html

STOP！熱中症 クールワークキャンペーン

職場での熱中症により毎年約20人が亡くなり、約600人が4日以上仕事を休んでいます。

準備 4月 5月 6月 7月 8月 9月

準備期間（4月）にすべきこと

きちんと実施されているかを確認し、チェックしましょう

- 労働衛生管理体制の確立 事業場での熱中症予防の責任体制を確立
- 暑さ指数の把握の準備 JIS規格に適合した暑さ指数計を準備し、点検
- 作業計画の策定 暑さ指数に応じた休憩時間の確保、作業中止に関する事項を含めた作業計画を策定
- 設備対策の検討 暑熱対策、通風または冷却設備、散水設備の設置を検討
- 休憩場所の確保の検討 冷度を備えた休憩場所や涼しい休憩場所の確保を検討
- 服装の検討 透気性と通気性の良い服装を準備、身体を冷却する機能をもち服の着用を検討
- 緊急時の対応の事前確認 緊急時の対応を確認し、労働者に周知
- 教育研修の実施 管理者、労働者に対する教育を実施

厚生労働省・労働安全衛生局・労働基準監督署 (R5.2)

キャンペーン期間（5月～9月）にすべきこと

STEP1 暑さ指数の把握と評価

- JIS規格に適合した暑さ指数計で暑さ指数を随時把握 地域を代表する一般的な暑さ指数（気温値）を参考にすることもある
- 測定した暑さ指数に応じて以下の対策を徹底

<input type="checkbox"/> 暑さ指数の把握	準備期間に検討した設備対策を実施
<input type="checkbox"/> 休憩場所の整備	準備期間に検討した休憩場所を設置
<input type="checkbox"/> 服装	準備期間に検討した服装を着用
<input type="checkbox"/> 作業時間の短縮	作業計画に基づき、暑さ指数に応じた休憩、作業中止
<input type="checkbox"/> 暑熱対策への対応	7日以上かけて熱へのばく露時間を次第に延長 ※新規入職者や休み明け労働者に注意
<input type="checkbox"/> 水分・塩分の摂取	水分と塩分を定期的に摂取
<input type="checkbox"/> ブレクラッキング	作業開始前や休憩期間中に深部体温を測定
<input type="checkbox"/> 健康診断結果に基づく対応	次の疾病を持った方には医師等の意見を踏まえ配慮 ①糖尿病、②高血圧症、③心疾患、④腎不全、⑤精神・神経関係の疾患、⑥広範囲の皮膚疾患、⑦感染症、⑧下痢
<input type="checkbox"/> 日常の健康管理	当日の暑熱の未対策、睡眠不足、前日の多量の飲酒が熱中症の発症に寄与する恐れがあることを認識し、作業開始前に確認
<input type="checkbox"/> 作業中の労働者の健康状態の確認	涼感や熱さに行い声をかける、労働者お互いの健康状態を確認するよう指導
<input type="checkbox"/> 異常時の措置	少しでも本人や周りが見受けらなれば、必ず一旦作業を止め、病院に搬送する（症状に応じて救急車を要請）などを指導 ※生命を脅かす危険な状態に陥ることにより体温を低減させられない状態

重点取組期間（7月）にすべきこと

- 暑さ指数の把握効果を再確認し、必要に応じた対策を通知
- 暑さ指数に応じた作業の中断等を徹底
- 水分・塩分を随時的に摂取し、その効果を徹底
- 作業開始前の健康状態の確認を徹底、監視機能を追加
- 熱中症のリスクが高まっていることを念のため教育を実施
- 健康不良の者に健康状態の把握を、経過することなく救急車を要請

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



社内教育等でご活用ください。

<https://neccyusho.mhlw.go.jp/>

ポータルサイト「さんぽセンター Web ひろば」がリニューアルしました！

さんぽセンター Webひろば

さんぽセンターのサービス | お役立ち資料 | 産業保健事例 | よくあるご質問 | 関連リンク | 独立行政法人 労働者健康安全機構

働く人の「こころ」と「からだ」の健康管理について相談できる窓口があります

さんぽセンター

相談聞くゾウ〜!

さんぽセンター 公式キャラクター

<https://www.johas.go.jp/Portals/0/sanpocenter/webhiroba.html>

鹿児島産業保健総合支援センターが主催するセミナーのご案内（事業場向け）



治療と仕事の両立支援Webセミナー

人事労務担当者・管理職必見！

～人を大切にするアプローチ～



日 時：令和6年6月11日（火）14時～16時

開催方法：オンライン（Zoom使用）

内容：第1部 両立支援における情報収集と共有

講師：産業医科大学 医学部 両立支援科学 両立支援室 副室長

第2部 障害者就業・生活支援センターの活動について

講師：かごしま障害者就業・生活支援センター 主任支援員

対象者：事業者、人事労務担当者など

定員：70名

申込方法：HP、右記載二次元コード

申込期限：
5月31日（金）お申し込みはこちら
<https://ssl.formman.com/t/BFQf/>

少子・高齢化が進み、労働人口が減少している中で、医療は進歩し、働きながら治療を行う労働者は増加しています。さんぽセンターでは、疾病を抱える労働者の治療と仕事の両立を支援するための参考としていただきたくWebセミナーを開催いたします。

第1部では、「両立支援における情報収集と共有」というテーマで、必要な支援内容を検討するための情報収集、無理のない働き方、過不足ない配慮に向けた支援などの講演を予定しています。

第2部では、「障害者就業・生活支援センターの活動について」というテーマで、具体的な活動内容・事例などの講演を予定しており、いずれも専門的立場からお役立ていただける内容となっております。皆さまのご参加をお待ちしております！

『ケミサポ』をご存知ですか？

当機構の労働安全衛生総合研究所には、研究グループやセンターの研究活動があり、その一つに『化学物質情報管理研究センター』があります。

同研究センターが運営している「職場の化学物質管理総合サイト(プレリリース版)」が「ケミサポ」としてリニューアルオープンしました。

【産業保健及び化学物質管理のご担当者の皆様！】

化学物質への理解を高め、自律的な管理を基本とする仕組みへと、職場の化学物質の管理が変わります。

このサイトは、主に化学物質管理者として活躍される方向けに、新たな化学物質規制の多くが施行される令和6年(2024年)4月1日までに、事業者が自律的化学物質管理を行うにあたって改めて確認すべきこと、準備を進めるべきことをご案内しております。お役立ていただければ幸いです。是非、一度アクセスしてみてください。



https://www.jniosh.johas.go.jp/groups/info_center.html



事業者が実施すること
実施に必要な4つのステップ



化学物質の自律的な管理で、はじめに事業者側で実施しなければならないのが、取扱い化学物質のリスタップ「STEP1」です。その結果、リスクアセスメント対象物を製造、取扱い、譲渡提供する事業者は「STEP2」、「STEP3」に進みます。最後に全員が「STEP4」でその他の4つのポイントを確認して必要な対応を行います。

【参考】

産業保健相談員からのメッセージ

●「発達障害」の定義は過渡期にある

産業保健相談員 赤崎 安昭

(鹿児島大学医学部保健学科・大学院保健学研究科教授)

(担当分野:メンタルヘルス)

1. 「発達障害」とは、自閉症、アスペルガー症候群その他の広汎性発達障害、学習障害、注意欠陥多動性障害、その他これに類する脳機能の障害であって、その症状が通常低年齢において発現するものとして政令で定めるものをいう。
2. この法律において「発達障害者」とは、発達障害がある者であって発達障害及び社会的障害により日常生活又は社会生活に制限を受けるものをいい、「発達障害児」とは、発達障害者のうち一八歳未満のものをいう。
3. この法律において「社会的障壁」とは、発達障害がある者にとって、日常生活又は社会生活を営む上で障壁となるような社会における事物、制度、慣行、観念その他一切のものをいう。

発達障害者支援法には上記のように記載されています。その他、「大学および高等専門学校における教育上の配慮」など成人期の支援に関する項目が大幅に追加されています(内山登紀夫)。一方、米国精神医学会が2013年に発刊したDSM-5、WHOが2018年に公開したICD-11では、「発達障害」を「神経発達障害」と定義したことから、定義は過渡期にあるといえます。ですから、メディアでも取り上げられている「発達障害」という呼称は医療から逸脱した用語となりつつあり、一部、混乱を招いているのではないのでしょうか。本邦でICD-11が正式に公表されて、診断書にICD-11に準じて病名を記載することが義務づけられる日が来ると上記の新しい用語が社会的にも定着することでしょう。したがって、「支援」と「理解」という観点からは、当面は「発達障害」としておくほうが理解しやすいのではないのでしょうか。このことに関連することは、今年度内に鹿児島産業保健総合支援センターの研修会においてお話を予定しています。

【2024(令和6)年1月12日付け メールレター 250号掲載】

●「メンタルヘルス」のありようと「ネガティブ・ケイパビリティ」をめぐって

産業保健相談員 久留 一郎

(鹿児島大学名誉教授・鹿児島純心大学名誉教授)

(担当分野:カウンセリング)

「メンタルヘルス」の世界は曖昧模糊とした、アナログ的な精神心理的世界が広がっているように見える。例えば、デジタル的なエビデンス中心(MRI,レントゲン検査など)のポジティブ・ケイパビリティの世界とはかなり異なった世界がある。

「夜の山の中で怪しげなモノがうごめいている」という噂を確認するため村人が警備に入るようになった。村人は松明を掲げその怪しげな正体を捉えたいがよくわからない。そのとき警備隊の隊長は村人に「明かりを消せ」と命じます。山の中は真っ暗になり何も見えなくなるが、村人は目をこらし、匂いをかぎ、空気の流れに肌を晒します。

暫くすると暗闇になれた目に見えないモノがそっと浮かび上がってきたり、聞こえない音がかすかに感じられたりするようになる。私たちのデジタルな明るさになれた視力(眼)、聴力(耳)、などの感覚では「メンタルヘルスの世界」は捉えにくい。例えば、不安は「感じる事ができる」が、形も重さも匂いもない。何グラムの不安?どんな形の不安

なのか？ポジティブ・ケイパビリティ(デジタル)の世界ではより強いあかりを求め隅々まで照らす。実はエビデンス(モノ)が存在していても、明かりに慣れた目は隅々の暗闇の正体(コト)は見えなくなる。ここにメンタルヘルスを行う人間が見損ない、聞き損ないをする危険性が見え隠れするメンタルヘルスの世界においては、「声なきに聞き」、「形なきに見る」(川路大警視、出典:中国の四書五経)というアナログ的な人間的感性が求められるようである。

ところで、相談員からのメッセージとしては、デジタルの代表格である「AI」がメンタルヘルスの世界で活用できるとすれば、どんな状況だろうかと思案するこのごろである。

【2024(令和6)年2月6日付け メールレター 251号掲載】

●フレイル予防はいつから始めるべきか？

産業保健相談員 網谷 東方
(鹿児島大学病院心身医療科講師)
(担当分野:メンタルヘルス)

フレイルは、「虚弱」を意味する英語「frailty:フレイルティ」を元にした造語ですが、「加齢に伴う様々な機能変化や予備能力低下によって、健康障害に対する脆弱性が増加した状態」と理解されています。フレイルは、転倒、障害、入院、医療費の増加や早期死亡のリスクの増加と関連しており、健康寿命延伸を阻む最大の障壁といわれ、高齢者における加齢に伴う機能低下が強調して説明されてきました。

多くのフレイル研究は65歳以上を対象としてきましたが、最近、フレイルは身体的要因だけでなく、社会的要因や心理的要因も含む多因子性のものであり、年齢に関係なく連続的に発生すると指摘する報告がなされるようになってきました。さらに、Halon Pらは、英国の37～73歳の約50万人を対象に調査した結果、45歳以上の男女において、フレイルは死亡リスクを2倍以上増加させたとThe Lancet Public Healthで報告し、老年期よりかなり前でのフレイル予防を推奨しています。中年期におけるフレイルの特徴などについては、今後のさらなる研究が必要となると思いますが、フレイル予防はこの時期から始めた方がよさそうです。

働き盛りの方々にも、有酸素運動に加えて定期的な筋力トレーニングを行い、バランスの良い食生活を心掛け、フレイル予防を心掛けて頂きたいと思います。

【2024(令和6)年3月5日付け メールレター 252号掲載】

産業保健に関するご質問・ご相談を受け付けています！

働く人の「ごころ」と「からだ」の
健康管理について
相談できる窓口があります

ご利用・ご相談は
すべて無料！

さんぽ
センター

相談聞く
ゾウー！

鹿児島
さんぽセンター
ホームページ

QRコード

独立行政法人労働者健康安全機構 鹿児島産業保健総合支援センター
〒890-0052 鹿児島市上之園町 25-1 中央ビル4階 TEL099-252-8002 FAX099-252-8003