

- 4 10月15日（木）14：00～16：00
「職場における感染症予防対策 中小事業場向け」
<https://kumamotos.johas.go.jp/seminar/detail.php?id=50>

新型コロナウイルス感染症が世界的に感染拡大し、連日注目されています。インフルエンザ・ノロウイルス等職場における予防対策や対処法も含めて学びます。

会場名を記載していない研修会は、「熊本産業保健総合支援センター会議室」で開催します。ぜひ、ご参加ください。

申し込みは以下のアドレスからご覧ください。

<http://kumamotos.johas.go.jp/seminar/>

◇

 労災疾病等医学研究普及サイトについて

「勤労世代肝疾患」

C型肝炎を主とするウイルス性慢性肝疾患は勤労者世代にも多く発生する疾患です。

C型肝炎は従来からのインターフェロン治療が行われてきましたが、注射のために週1回の通院が必要な上、多様な副作用や治療期間が長期に及ぶことが勤労者にとって大きな負担となっていました。

最近では、C型肝炎ウイルスに直接作用する経口薬のみによる「インターフェロンフリー治療」という新たな治療法により、治療期間を最短8週間まで短縮することが可能になりました。

しかし、肝炎に罹患した勤労者にとっては、その後肝がんを発症するか否かも重要な問題です。

本研究では、C型慢性肝疾患の患者さんの経過観察を行い、発がん率や発がん関連因子を検討し、未だ明らかとなっていない「インターフェロンフリー治療」後の肝がん発症リスクを明らかにすることで、この治療の意義と効率的な経過観察体制を見出し、勤労者の健康支援及び治療と仕事の両立支援の助けとなることを目的として研究を行っています。

詳しくは以下のリンクをご覧ください。

<https://www.research.johas.go.jp/kinrou2018/index.html>

「筋・骨格系疾患（第2期）」

多くの人を経験する「腰痛症」は、医師の診察や画像診断により原因疾患が特定できる「特異的腰痛」と、原因がよくわからない「非特異的腰痛」とがあり、そのうち、非特異的腰痛が85%を占めていると言われています。

非特異的腰痛のリスク要因として、「重い荷物を持つ」「姿勢の悪さ」など、腰自体への負担によるものが重要視され、これを踏まえた対策を行っても思ったほどの成果が上がらない一方、様々な心理・社会的要因（職場の人間関係のストレス等）が強く影響することが明らかになりました。

また、腰痛になると「肉体労働が腰に悪いから心配だ」「無理はしないようにしよう」といった腰痛に対する強い恐怖感と、それに伴う過剰な活動の制限（恐怖回避思考）が、かえって腰痛予防や回

復に好ましくないことが明らかになっています。

このことから、腰痛対策には、「腰椎の機能障害」と「脳の機能障害」を起こさないための対策が重要です。

「腰椎の機能障害」の対策として“これだけ体操”があります。前かがみでの作業後や重いものを持った後、長時間座位が続いた後に、すぐに腰をしっかり反らすだけの簡単なエクササイズです。

「脳の機能障害」の対策としては、自分のストレス要因を知り、それとうまく付き合うことが重要です。

詳しくは、こちらをご覧ください。

https://www.research.johas.go.jp/22_kin/index.html

※わかりやすいマニュアルで“これだけ体操”等の腰痛対策が紹介されています。

https://www.research.johas.go.jp/22_kin/docs/manual_2012.pdf

◇ 地域産業保健センターのご紹介

産業保健総合支援センター・地域産業保健センターではさまざまな支援を「無料」で実施しています。

特に地域産業保健センターでは、産業医の選任義務が無い労働者数50名未満の事業場を対象に、健康診断の結果に基づく事後措置や長時間労働者・高ストレス者に対する医師の面接指導、メンタルヘルスを含めた健康相談等を実施しています。

熊本県内の地域産業保健センターは以下の7ヶ所になります。

- ・熊本地域産業保健センター
管轄区域：熊本市（旧植木町は除く）、宇土市、宇城市、上益城郡、下益城郡
- ・八代水俣地域産業保健センター
管轄区域：八代市、水俣市、八代郡、葦北郡
- ・有明地域産業保健センター
管轄区域：玉名市、荒尾市、玉名郡
- ・人吉球磨地域産業保健センター
管轄区域：人吉市、球磨郡
- ・天草地域産業保健センター
管轄区域：天草市、上天草市、天草郡
- ・菊池鹿本地域産業保健センター
管轄区域：菊池市、山鹿市、合志市、菊池郡、熊本市のうち旧植木町
- ・阿蘇地域産業保健センター
管轄区域：阿蘇市、阿蘇郡

利用申込、お問い合わせ先は下記リンク先をご覧ください。

<https://www.kumamotos.johas.go.jp/areamed.shtml>

独立行政法人 労働者健康安全機構 熊本産業保健総合支援センター

〒860-0806 熊本市中央区花畑町9-24 住友生命熊本ビル3階
TEL:096-353-5480 FAX:096-359-6506
<http://www.kumamotos.johas.go.jp/>
E-Mail:ksanpo43@kumamotos.johas.go.jp
