

ゆたへと

2008 秋号 vol.55

さんぽ

掲載!! **研修会**のご案内

(平成20年10月～21年3月)

最低賃金が変わります!

事業場紹介

九州電力(株)川内原子力発電所

「自主健康管理の推進」に向けた
取り組みについて



独立行政法人 労働者健康福祉機構

熊本産業保健推進センター

研修会のご案内 (平成20年度)

受講費用は
無料です

研修会参加ご希望の方は、当センターに **FAX(096-359-6506)** していただくか、当センターホームページの「研修会参加申し込みフォーム」よりお申し込みください。 <http://www.kumamoto-sanpo.jp/>

研修会番号	研修日時	テーマと内容	講師
30	10月15日(水) 14:00～16:00	職場における自殺予防と対策Ⅰ 働く人の自殺予防に関するセミナーより	弓削病院 診療部長 岡田 修治
31	10月16日(木) 14:00～16:00	保護具について 作業員の身体を守る安全衛生保護具について考える	元YKK AP九州事業所 衛生工学衛生管理者 石原 徳一
32	10月30日(木) 14:00～16:00	カウンセリングの効果 傾聴の効果	保健師 産業カウンセラー 労働衛生コンサルタント 廣瀬 靖子
33	11月6日(木) 14:00～16:00	自律訓練法(実習) 自律訓練法は、リラクゼーション(緊張緩和)を目的としています。職場や家庭で気軽に出来るリラクセス法です	菊南病院 健康管理部 健康運動指導士・心理相談員 中嶋 朋子
34	11月7日(金) 14:30～16:30	健康診断の事後措置(症例検討) C型肝炎やアレルギー疾患患者の職場での対応について検討する	労働衛生コンサルタント 日本産業衛生学会認定専門産業医 小柳 敦子
35	11月10日(月) 14:00～16:00	中小企業における衛生管理活動の実践 一般作業と有害作業	保健師 産業カウンセラー 島村 佳子
36	11月11日(火) 14:00～16:00	騒音障害防止の基礎 基礎的内容と測定、評価	第1種作業環境測定士 環境計量士 山口 浩一
37	11月17日(月) 14:00～16:00	二次予防としてのメンタルヘルス対策 うつ病を中心としたストレス性疾患の早期発見・早期治療への援助	明生病院 医長 古賀 幹浩
38	11月20日(木) 13:30～16:30	衛生管理のための職場巡視の進め方【実地研修】 錦ヤクルト本社熊本工場にお伺いして「職場巡視」を実地研修として考える	元YKK AP九州事業所 衛生工学衛生管理者 石原 徳一
39	11月26日(水) 14:00～16:00	衛生管理者として必要な労働衛生関係法令Ⅳ 衛生管理者になるために労働衛生関係法令の知識を確認する	元八代労働基準監督署 署長 藤田 泰生
40	12月1日(月) 14:00～16:00	製造業における騒音管理 ①データ処理の方法 ②管理区分の出し方 ③対策事例	保健師 産業カウンセラー 島村 佳子
41	12月17日(水) 14:00～16:00	職場における自殺予防と対策Ⅱ 働く人の自殺予防に関するセミナーより	弓削病院 診療部長 岡田 修治
42	1月19日(月) 14:00～16:00	三次予防としてのメンタルヘルス対策 復職支援対策を中心に	明生病院 医長 古賀 幹浩
43	1月20日(火) 14:00～16:00	化学物質とその有害性 取扱、物性、有害性などの解説	第1種作業環境測定士 環境計量士 山口 浩一
44	1月26日(月) 14:00～16:00	衛生巡視を効果的にするために ①職務内容と衛生巡視 ②チェック表と帳票類等々	保健師 産業カウンセラー 島村 佳子
45	1月28日(水) 14:00～16:00	安全衛生年間計画の作成について 労働安全衛生マネジメントシステムの中での年間計画の作成について	元八代労働基準監督署 署長 藤田 泰生
46	2月6日(金) 14:30～16:30	保健指導の方法と評価 ポピュレーションアプローチとハイリスクアプローチ それぞれにシンプルな仕組みをつくり評価する方法を皆で考える	労働衛生コンサルタント 日本産業衛生学会認定専門産業医 小柳 敦子
47	2月18日(水) 14:00～16:00	うつ病について 日本の現状と受診まで (JPNDAうつ啓発スライドより)	弓削病院 診療部長 岡田 修治
48	2月23日(月) 14:00～16:00	雇入時の労働安全衛生教育 ～新入生教育～ ①法的な位置づけ②カリキュラムの作り方③具体的な教育内容	保健師 産業カウンセラー 島村 佳子
49	2月25日(水) 14:00～16:00	リスクアセスメントについて 労働安全衛生マネジメントシステムを構築する上で重要な役割をするリスクアセスメントのやり方について	元八代労働基準監督署 署長 藤田 泰生
50	2月26日(木) 14:00～16:00	カウンセリング実習Ⅰ カウンセリングを体験してみよう	保健師 産業カウンセラー 労働衛生コンサルタント 廣瀬 靖子
51	3月3日(火) 14:00～16:00	作業環境測定・評価とその報告書の見方 報告書のある方は持参してください	第1種作業環境測定士 環境計量士 山口 浩一
52	3月16日(月) 14:00～16:00	三次予防としてのメンタルヘルス対策 復職支援対策を中心に	明生病院 医長 古賀 幹浩
53	3月18日(水) 14:00～16:00	うつ病の症状と治療 一般内科うつ啓発スライドより	弓削病院 診療部長 岡田 修治
54	3月26日(木) 14:00～16:00	カウンセリング実習Ⅱ ①カウンセリングを体験してみよう ②効果的な質問とは	保健師 産業カウンセラー 労働衛生コンサルタント 廣瀬 靖子

■対象者…どなたでも参加できます。(産業医・看護師、保健師、衛生管理者、労務担当者など) ■会場…熊本産業保健推進センター会議室 ■受講料…無料です。

熊本産業保健センター 送信先FAX番号 096-359-6506

ふりがな 参加者氏名	会社名	所属部署
希望研修会番号 (複数申込可)	連絡先 住所	
連絡担当者 参加者と違う場合に記入	連絡先 電話番号	連絡先 FAX番号

※FAX送信票等は不要です。この用紙のみを送信して下さい。

も く じ

■新任ごあいさつ	熊本労働局長 高橋 祐 輔 …………… 2
■脚気対策の功労者 たか き かね ひろ 高木 兼 寛	産業保健相談員(産業医学) 加 藤 貴 彦 …………… 3
■うつ病、発病から復職までの家族の接し方	産業保健相談員(メンタルヘルス) 橋 村 明 枝 …………… 4
■熊本県最低賃金が改正	熊本労働局賃金室 …………… 5
■「熊本県における労働衛生の現状」の概要	…………… 6
■職場でのトラブルの解決をお手伝いします。	…………… 8
■「メンタルヘルス対策支援センター」開設のご案内	…………… 10
■事業場紹介 九州電力(株) 川内原子力発電所	…………… 14
■母性健康管理研修会	…………… 16
■熊本産業保健推進センター産業保健相談員のご利用を ～こんな相談が寄せられています。～	…………… 18
■上半期ビデオ貸出ベスト10	…………… 19
■随想 忘れ得ぬこと ^⑬	熊本県建設業協会雇用改善コンサルタント 長 尾 禎 一 …………… 20



表紙画の言葉 「千代の園酒造株式会社」と「八千代座」

伝統を重んじるという風潮が山鹿市の今をあらしめている。
山鹿灯籠踊り、八千代座など、歴史のあるものを大事に守り続けたことが、ひいては山鹿市が全国に名を馳せ、そして山鹿というどっしりとした地域感を醸す結果となった。

富山県の八尾市に、「風の盆」という祭りがあるのをご存じだろうか。光の中での祭りである、阿波踊りやよきこい祭りなどに比べると、闇の中の祭りであると言える。灯籠祭りも同じである。灯籠祭りは、室町時代から約600年以上続いているという。そして、八千代座も明治43年に江戸時代を懐古する芝居小屋として建てられた。千代の園酒造も、大本を辿れば創業は明治29年と言うから相当に古い酒造である。

このような古い建物を描くときは、抵抗感を感じない。

新任ごあいさつ



熊本労働局長

高橋 祐 輔

7月11日付けで熊本労働局長を拝命いたしました。よろしくお願いいたします。医師会、産業保健推進センターはじめ産業保健活動に関わっておられる皆様には、日ごろより熊本県の労働者の健康の確保、増進のためにご尽力いただいておりますことに厚くお礼申し上げます。

旧労働省に採用されて以来30年近くになりますが、その大半は安全衛生行政関係の業務に携わっており、こちらにまいりますまでは厚生労働省安全衛生部安全課にいました。安全課の前は同じ安全衛生部の化学物質対策課、労働衛生課の勤務で、労働衛生課では産業保健活動関係の業務や、過重労働による健康障害防止対策の法改正、石綿対策などの仕事もいたしました。当時、産業保健関係の皆様には様々な形でお世話になりましたので、改めてお礼申し上げたいと存じます。

熊本県内の労働者の健康に関わる状況を見ますと、労働時間は全国平均より長くなっており、また、いわゆる過労死が依然発生しているなど過重労働による健康障害防止対策が重要課題となっております。また、一般健康診断の結果、何らかの所見を有する労働者の割合は全国平均より高く、平成16年以来4年連続で50%を超えております。メンタルヘルスの問題も大きな課題となっております。

このような状況の下、本年度熊本労働局においては、労働者の健康の確保、増進のために、長時間労働者に対する面接指導の徹底、労働時間管理の適正化をはじめとした過重労働による健康障害の防止対策、メンタルヘルス対策、アスベスト対策、安全衛生管理体制の強化、粉じん障害防止対策等の職業性疾病予防対策、健康の保持増進対策などの対策を進めております。

本年度から第11次の労働災害防止計画がスタートしたところですが、当労働局ではリスクアセスメント等の実施率の向上、健康確保対策の推進による定期健康診断の有所見率の減少、メンタルヘルスケアの取組みの促進等を目標として、施策の推進を図っているところです。

熊本県の労働者が健康でいきいきと働くことができるよう、このような安全衛生行政施策の推進についてご理解とご協力をいただくとともに、引き続き、それぞれのお立場で産業保健活動にご尽力いただくことをお願い申し上げます。

脚気対策の功労者 高木 兼寛

—日本の疫学の父—



産業保健相談員
(産業医学)

加 藤 貴 彦

熊本県出身の偉大な医学者として北里柴三郎がいる。私の前任地であった宮崎には、北里と並ぶ医学者として高木兼寛がいる。高木は脚気対策に成功し、世界8大ビタミン学者として南極大陸にも名前を残している人物である。また慈恵会医科大学の前身である医師養成所や、日本初の看護学校を創設するなど医療の発展にも力をつくした。昨今、東国原知事で脚光をあびている宮崎県だが、元来ひかえめな県民性もあり、あまり高木のことは知られていない。是非この機会に、ひとりの偉大な医学者を紹介したい。

高木兼寛は、宮崎県高岡町（現在は宮崎市）出身の海軍軍医である。今でこそ脚気の原因はビタミンB1の不足であることが明らかにされているが、明治時代は原因不明の病気として、たいへん恐れられた。イギリスへの留学経験のあった高木は、イギリスでは見られなかった脚気の原因が和食にあると考え、特に「白米」に注目した。高木は自分の仮説を証明するため、大量の脚気患者が発生した「戦艦龍驤^{りゅうじょう}」と同一航路をとる「戦艦筑波」で、「白米に麦を加える」という新しい食事療法の導入を試みた。その結果、「筑波」乗組員の脚気患者は激減し、その原因が白米食にあることを明らかにしたのである。そして、高木は海軍の食事を米・麦混合食と変更し、脚気患者を減らすことに成功した。一方、陸軍軍医首脳 森林太郎（鷗外）は、白米主体である和食の優位性を実験研究によって証明し、高木の説を“統計にもとづく学理なき説”と非難した。陸軍では高木の学説を採用することなく白米食を続け、その後も多くの脚気患者を発生させることになる。

高木の行った研究の特徴は、おそらく日本で初めて因果関係の証明に疫学（易学ではない！）を用いたことである。それまで、医学における因果関係の証明には、病理学的方法が重要とされ、原因の究明に主眼がおかれた。しかしよく考えてみると、原因の確定は必ずしも疾病予防に必要ではない。疫学的方法の利点は、病気の原因やメカニズムが確定できなくても、“合理的に考え、ある程度の事実関係（蓋然性説）が認められれば原因と定め”、疾病の対策が可能になることである。つまり、ビタミンB1不足という脚気の原因がわからなくても、患者を減らしたところに最大のポイントがある。高木は原因の解明よりも、脚気患者を減らすことを優先したのである。

日本ではこれまで病因（実験）研究に力点が置かれ、疫学研究の評価が低い歴史がある。最近こそ、EBM（Evidenced Based Medicine）という言葉が有名になり、疫学が注目されるようになった。我々産業医学に携わるものとしては、原因究明よりも疾病予防、研究成果の社会還元を重視したい。高木は日本の疫学の父ともいえる人物なのである。

脚気の原因をめぐる高木兼寛と森林太郎（鷗外）との学問的対決が 吉村昭著 “白い航跡” に描かれている。脚気論争には北里も深い関わりがあり、その後の彼の人生に大きな影響を与えることになる。機会をみつけ、一読してほしい。

うつ病、 発病から復職までの家族の接し方



産業保健相談員
(メンタルヘルス)

橋村 明 枝

うつ病が増加している現在、自分はもちろん身近な家族が、うつ病になるということは決して他人事ではありません。実際うつ病の方の家族からどのように接したらよいのかと問われることも多くあります。今回はよくある質問等をふまえて書いてみようと思います。

今まで元気に仕事に行っていた夫（妻）が、突然うつ病になったら、驚き、戸惑ってしまうのは当然のことです。しかし、その家族の動揺が病状に悪い影響をおよぼし悪化を招くことにもなりかねません。こういう時こそ家族が病気を理解し、支えることが大切になってきます。

接し方としてはまず、決して特別扱いせず、「いつも通り接する」という事です。うつの人には行動や表情の変化も少なく、鈍い感じに思えますがいつもより敏感になっているところもあります。ですからあまり違う態度で接すると「自分はそんなに悪いのか」「迷惑をかけているなあ」と心配し、不安を高めてしまうからです。また、家族としては大切な人が苦しんでいるわけですから、なんとか助けたいと思うのが当然で、その気持ちがつい「がんばろうよ」「しっかりしてよ」という態度や言葉につながりがちです。しかし、一番辛いのは本人で、何とかしたいが、やる気が出ない、体が動かない状態にあるわけですから、家族がよかれと思っている態度、言葉をととても負担に感じてしまいます。基本は本人も家族も「あせらない」ということです。本人の気持ちをありのままに聞き、行動を観察し、何に困っているのか、どこが問題なのかを知り、話し合うことです。

そして、自分達だけで解決しようとせず、専門医への受診をすすめて欲しいのです。受診後は、処方された薬をきちんと服用し、休養をとることが第一です。抗うつ薬は効果がでるまでは少し時間がかかります。その間、副作用の出ることがありますが、家族が過剰に反応すると、本人の不信感も強まり治療に悪影響をおよぼすことになります。医師にきちんと相談し、対応してもらいましょう。

また、休養というと一日中、本人を寝かせている家族がいますが、そうではなく一日のリズムの中でリラックスさせ、治療しやすい環境を作ってあげることです。

薬の効果もあり、治療がすすむと行動力が出てきて、ここで注意するのは希死念慮です。本人が「死にたい」と言うと、家族は驚き、説教めいた事を言ってしまうかもしれませんが、本人の辛い想いを受け止めて聞いてあげ、その人なりの「あなたが死んだら辛い 悲しい」というメッセージを伝える事が必要と思います。そして、できるだけ1人にせず、自殺を未然にくい止めることです。もちろん医師にも早めに相談して欲しいと思います。

その後回復し、活動力が高まってきたところで、社会復帰にむけ家族も準備を手伝います。まずは家のことを一緒にしたり、少しずつ外出してみたりします。

こういった事がうまくいってから、医師と相談し、職場復帰を目指していきます。そして、いよいよ仕事場へですが、まずは会社へ行けたことを一緒に喜んであげるとよいと思います。また、本人からすると復職は大きな負担で、再発を恐れるあまり、その微候を認めたくない気持ちが強いですから、家族はよく様子をみて、変化（食欲不振、不眠等）があれば医師と相談しましょう。

最近働く人のうつ病が急増し、企業もうつ病対策に関心を持っていますが、まだ充分でなく偏見があるのも事実です。社会問題としても課題が多く残されているわけですが、復職がうまくいく様、そして復職できた人がうまく働ける様、企業や医師だけでなく、最も身近な家族の役割は大きいと思われます。

熊本県最低賃金が改正

平成20年10月17日から
時間額 628円

10月17日から熊本県最低賃金が時間額628円に改正されます。

この熊本県最低賃金は、常用・臨時・パートなど県内で働くすべての労働者に適用されます。

最低賃金の対象となる賃金には、時間外・休日・深夜手当や結婚手当、賞与、精皆勤手当、通勤手当、家族手当は含まれません。

ただし、産業別最低賃金に該当する場合は、当該最低賃金が適用されます。

産業別最低賃金	最低賃金額		効力発生日	適用範囲
	時間額	日 額		
紡績業、ねん糸製造業、 織物業、靴下製造業	647円	5,176円	平成12年12月25日	次に掲げる者を除く（ただし、熊本県最低賃金は適用されます。） ○18歳未満又は65歳以上の者 ○雇入れ後6月未満の者であって、技能習得中のもの ○清掃又は片付けの業務に主として従事する者 ○「電気機械器具、情報通信機械器具、電子部品・デバイス製造業」については、上記の他に、手作業により又は手工具若しくは小型動力機を用いて行う巻線、組線、かしめ、洗浄、取付け、はんだ付け、バリ取り、選別、検査、包装、袋詰め、箱詰め又はこん包の業務（これらの業務のうち流れ作業で行う業務を除く。）に主として従事する者
電気機械器具、情報通信機械器具、電子部品、デバイス製造業	時間額 684円		平成19年12月15日	
自動車・同附属品製造業、船舶製造・修理業、船用機関製造業	時間額 732円		平成19年12月15日	
百貨店、総合スーパー	時間額 687円		平成19年12月15日	

※詳細については、次にお問い合わせください。

熊本労働局 賃金室 096-355-3202

熊本労働基準監督署 096-362-7100

八代労働基準監督署 0965-32-3151

玉名労働基準監督署 0968-73-4411

人吉労働基準監督署 0966-22-5151

天草労働基準監督署 0969-23-2266

菊池労働基準監督署 0968-25-3136

「熊本県における労働衛生の現状」の概要

～平成20年度～

毎年、熊本労働局と熊本産業保健推進センターでは、県内における労働衛生の現状をまとめています。

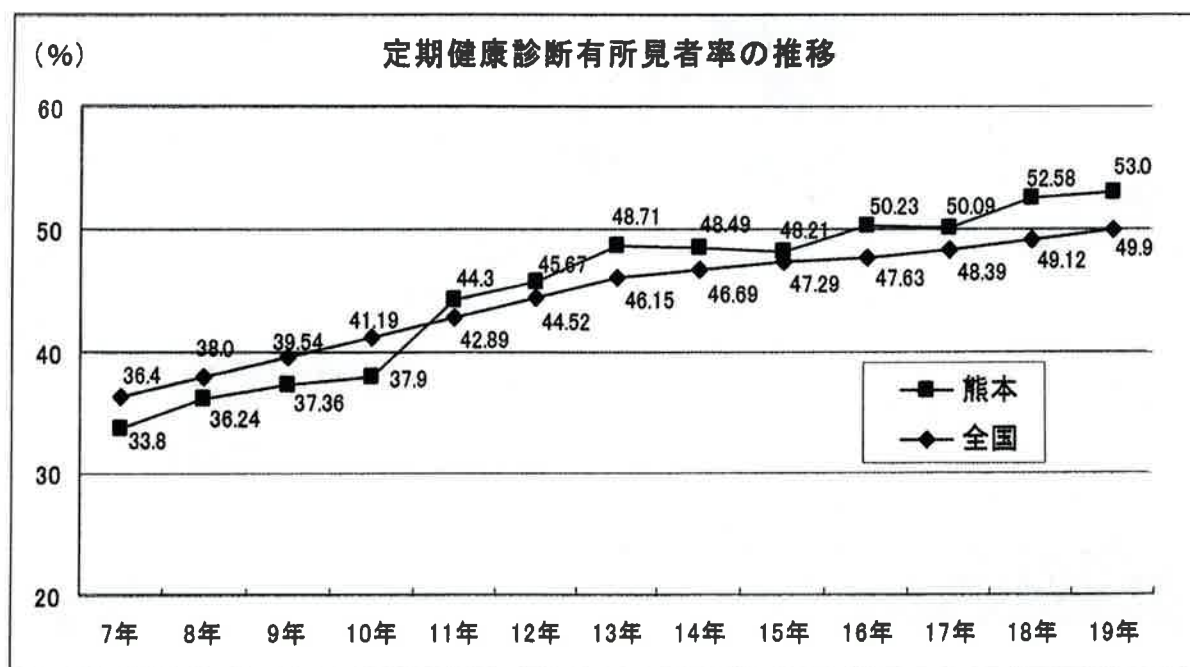
今般、これがまとまりましたので、概要を紹介します。

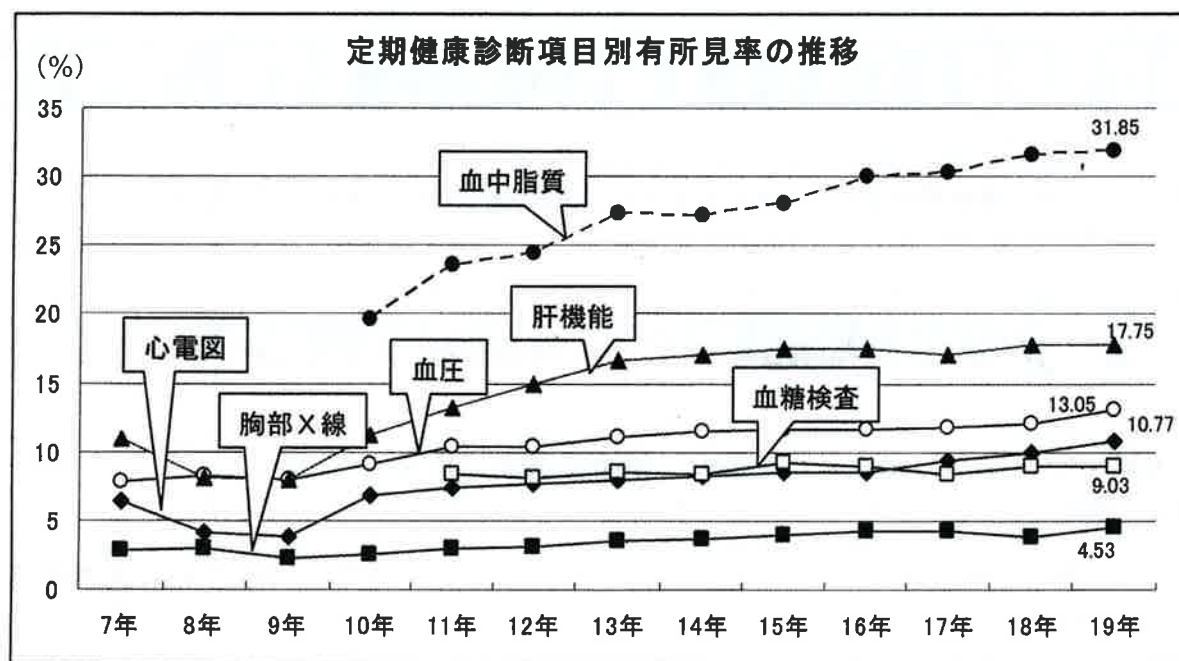
原油などの工業用原材料の価格高騰などの影響から、多くの中小企業を抱える熊本県内の景気は、当面の減速は避けられそうもないとされています。

このような中で、働く人の健康状況を見ると、定期健康診断結果における有所見率は53.00%と4年連続5割を超え、働く労働者の半数以上が何らかの所見をかかえる状況にあります。項目別検査では、血圧、肝機能、血中脂質、血糖等の糖尿病や高血圧症といった「生活習慣病」に関連した有所見率が年々増加する傾向を示しています。

平成14年に実施された「労働者健康状況調査」（全国）によると、仕事や職業生活に関する強い不安や悩み、ストレスを感じながら働く人の割合も61.5%を占めています。県内で働く人の自殺者数も平成19年は127人（昨年140人）に上っており、メンタルヘルス対策、自殺予防対策、THP活動といった心とからだの健康対策が重要な課題となっています。

さらに、過重労働による脳・心臓疾患などの健康障害防止対策は最重点として取り組まなければならない課題です。特に、本年4月から労働者50人未満の事業場においても、長時間労働を行っている労働者に対する医師による面接指導の実施が義務付けられましたので、その周知徹底を図る必要があります。





石綿作業従事者の健康障害防止については、石綿を含んだ建材を使用した建築物の老朽化による解体工事がさらに増加することが予想されることから、その防止対策の徹底が求められています。

また、従来からのじん肺症を代表とする職業性疾病対策はもとより、たばこを吸わない人のための受動喫煙防止を目的とした「職場における喫煙対策のためのガイドライン」等の周知指導など、これまで述べた課題への取組みを含め近年事業場を取巻く産業保健活動の裾野は着実に広がり、快適な職場環境の実現に向けた自主的な衛生（健康）管理活動を積極的に行うことが事業者に求められています。

冊子「平成20年度 熊本県における労働衛生の現状」が必要な方は、熊本県産業保健推進センターにお申し出ください。

平成20年度
熊本における
労働衛生の現状

熊本労働局
熊本産業保健推進センター

職場でのトラブルの解決をお手伝いします。

労働者、事業主のみなさま悩んでないで、相談しませんか。

「個別労働関係紛争の解決の促進に関する法律」に基づいて、次の3つの制度が用意されています。個々の労働者と事業主との間のトラブル（個別労働紛争）でお困りのみなさま、是非この制度をご利用ください。

1 総合労働相談コーナーにおける情報提供・相談

個別労働紛争が発生する原因の中には、単に法令や判例を知らなかったり、誤解に基づくものが多くみられます。そのため、労働問題について関連情報を入手したり相談をすることにより、紛争に発展することを未然に防止、または紛争を早期に解決することができます。

このため、各都道府県労働局の総務部企画室等に「総合労働相談コーナー」を設置し、総合労働相談員を配置しています。

総合労働相談コーナーでは、労働条件、募集・採用、男女均等取扱い、セクシュアルハラスメント、いじめなど、労働問題に関するあらゆる分野についての労働者、事業主からのご相談を、専門の相談員が、面談あるいは電話でお受けしています。

2 都道府県労働局長による助言・指導

都道府県労働局長による助言・指導は、民事上の個別労働紛争について、都道府県労働局長が、紛争当事者に対し、個別労働紛争の問題点を指摘し、解決の方向を示唆することにより、紛争当事者が自主的に紛争を解決することを促進する制度です。

法違反の是正を図るために行われる行政指導とはおのずと性格が異なり、紛争当事者に対して話し合いによる解決を促すものであって、一定の措置の実施を強制するものではありません。

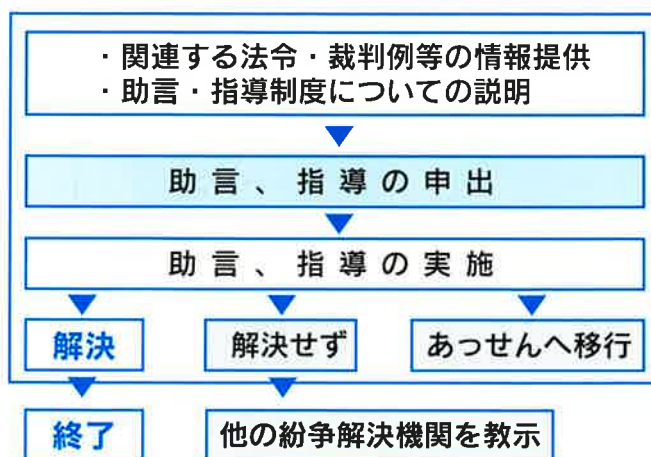
対象となる紛争の範囲は、労働条件その他労働関係に関する事項についての個別労働紛争です。

具体的には・・・

- ① 解雇、雇止め、配置転換・出向、昇進・昇格、労働条件の不利益変更等の労働条件に関する紛争
- ② いじめ・嫌がらせ等職場の環境に関する紛争
- ③ 会社分割による労働契約の継承、同業他社への就業禁止等の労働契約に関する紛争
- ④ 募集・採用に関する紛争 など
- ⑤ その他、退職に伴う研修費用の返還、営業車等会社の所有物の破損に係る損害賠償をめぐる紛争 など

手続きの流れ

職場における
トラブル



3 紛争調整委員会によるあっせん

◎あっせんとは

紛争当事者の間に公平・中立な第三者として学識経験者が入り、双方の主張の要点を確かめ、双方から求められた場合には両者が採るべき具体的なあっせん案を提示するなど、紛争当事者間の調整を行い、話し合いを促進することにより、紛争の解決を図る制度です。

◎紛争調整委員会とは

弁護士、大学教授等の労働問題の専門家である学識経験者により組織された委員会であり、都道府県労働局ごとに設置されています。この紛争調整委員会の委員のうちから指名されるあっせん委員が、紛争解決に向けてあっせんを実施します。

◎紛争調整委員会によるあっせんの特徴

- ①対象となる紛争…… 労働条件その他労働関係に関する事項についての個別労働紛争が対象となります。（募集・採用に関するものは対象となりません。）
- ②手続が迅速・簡便…… 多くの時間と費用を要する裁判に比べ、手続きが迅速かつ簡便です。
- ③専門家が担当…… 弁護士、大学教授等の労働問題の専門家である紛争調整委員会の委員が担当します。
- ④費用…… あっせんを受けるのに費用はかかりません。
- ⑤合意の効力…… 紛争当事者間であっせん案に合意した場合には、受諾されたあっせん案は民法上の和解契約の効力をもつことになります。
- ⑥非公開…… あっせんの手続きは非公開であり、紛争当事者のプライバシーを保護します。
- ⑦不利益取扱いの禁止…… 労働者があっせんの申請をしたことを理由として、事業主が労働者に対して解雇その他不利益な取扱いをすることは法律で禁止されています。



**労働者、事業主のみなさま
悩んでないで、相談しませんか。**

職場でのトラブルの解決をお手伝いします。

本県に「都道府県労働局総務部企画課」
「総合労働相談コーナー」が設けられています。
http://www.mhlw.go.jp/

県下 下 け い じ め
熊 本 八 代 菊 池
熊 本 総 合 労 働 相 談 コー ナー
八 代 総 合 労 働 相 談 コー ナー
菊 池 総 合 労 働 相 談 コー ナー

お気軽に、熊本労働局の
総合労働相談コーナーにご相談ください。

熊本労働局総合労働相談コーナー	096-211-1701
熊本総合労働相談コーナー	096-362-7100
八代総合労働相談コーナー	0965-32-3151
菊池総合労働相談コーナー	0968-25-3136

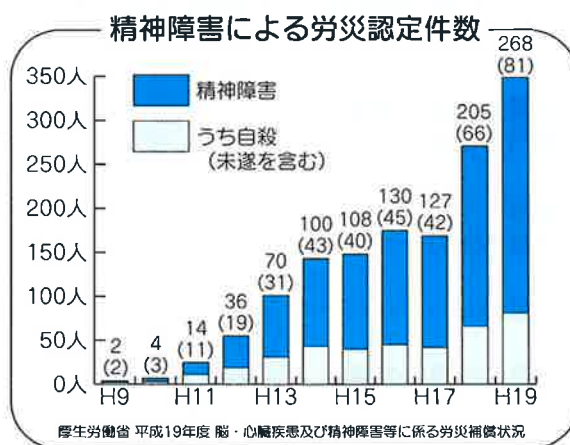
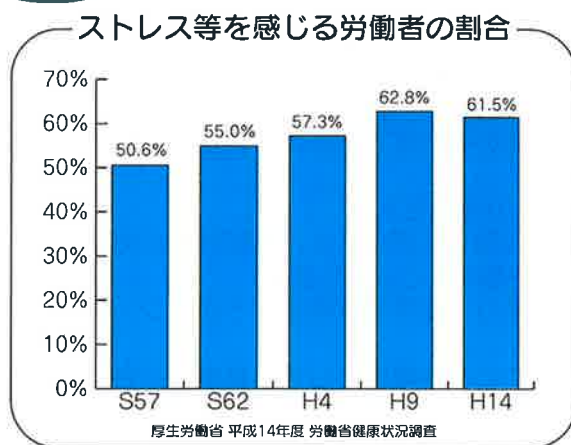
☆いずれにも、女性相談員がいます。

「メンタルヘルス対策支援センター」 開設のご案内

働く人の心の健康を支援するため、「**メンタルヘルス不調者等の労働者に対する相談機関による相談促進事業**」（厚生労働省委託事業）がスタートしました。各都道府県産業保健推進センター内に「メンタルヘルス対策支援センター」が開設され「相談機関利用促進員」が皆様の職場をお訪ねします。

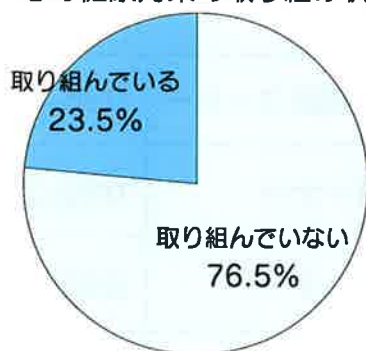


働く人の6割以上が、職業生活でのストレスを感じています。

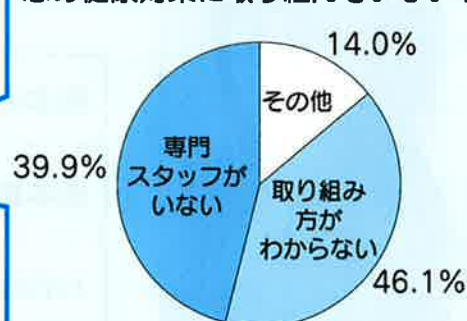


職場における心の健康づくりは重要な課題となっていますが、多くの職場では「専門スタッフがない」「取り組み方がわからない」等の理由で、取り組みが十分でない状況です。

心の健康対策の取り組み状況



心の健康対策に取り組んでいない理由



この事業は、メンタルヘルスクア対策への助言、相談機関の利用促進による、職場でのメンタルヘルスクアの向上を目的としています。
従業員の心の健康対策への取り組み方法がわからないという経営トップのみならず、メンタルヘルス対策支援センター・相談機関利用促進員を気軽にご利用ください。

労働者の心の健康の保持増進のための指針（厚生労働省）

1. 経営トップ自らがメンタルヘルスクアを推進することを表明し
4つのケアを効果的に実施しましょう。
2. **メンタルヘルスクアの推進の担い手となる**
「メンタルヘルス推進担当者」を選任しましょう。

1. **セルフケア**
2. **ラインによるケア**
3. **事業場内産業保健スタッフによるケア**
4. **事業場外資源によるケア**

メンタルヘルスについての正しい知識やストレスへの対処法等についての労働者・管理監督者への教育

日頃の職場環境等について、管理監督者による把握と改善
労働者からの相談対応

産業医・衛生管理者・保健師・心の健康づくり専門スタッフ・人事労務担当者は心の健康づくりの中心的役割

メンタルヘルスクア推進のため相談機関等の事業場外資源の活用

専門家による個人への研修会の開催
自発的に相談しやすい環境の提供

専門家による管理監督者への研修

事業場内の管理体制構築への助言

事業場外資源が提供するサービスの例

保健師、心の健康づくり専門スタッフ等が社内にはない場合、事業場外資源による専門的なサービスが利用できる

社内よりも社外の専門家の方が、気軽に労働者が相談しやすいことがある

社内でストレスチェックとストレス解消法の講習会を開催
職場全体でメンタルヘルスの意識が向上した。

こんな効果が…

相談機関と契約したところ、社員のパワーハラスメント、アルコール依存症等についての相談が増加。相談機関から職場環境の改善について示唆があった。

職場復帰に際し、専門医からのセカンドオピニオンを参考にした。



4つのケアの継続的、計画的な実施

はたらく人の健康管理向上

4つのケアのひとつとして、 心の健康相談機関を活用しましょう。

「メンタルヘルス対策支援センター*」では、国の基準に適合し登録されたメンタルヘルス相談の専門機関のご紹介、メンタルヘルスケア対策の周知を行います。

*労働者健康福祉機構都道府県産業保健推進センター内に設置

○国の基準とは……

平成20年6月19日厚生労働省労働基準局安全衛生部労働衛生課長通達「メンタルヘルス対策における事業場外資源との連携の促進について」（基安労発第0619001号）において、メンタルヘルス不調者等の労働者に対する相談機関の登録基準として定められました。

(<http://www.rofuku.go.jp/sanpo/eap/index.html> からご覧いただけます)

○登録されたメンタルヘルス相談の専門機関とは……

- ・ 十分な経験を有する常勤の相談対応者がいます
- ・ 提供できるサービス内容、料金体系、相談対応者の氏名、もっている資格、これまでの業務実績などが公開されています
- ・ 職場のメンタルヘルスに詳しい精神科医が相談機関をサポートし、必要な場合には、専門医等を紹介します
- ・ プライバシーが確保できる相談室が整備されています



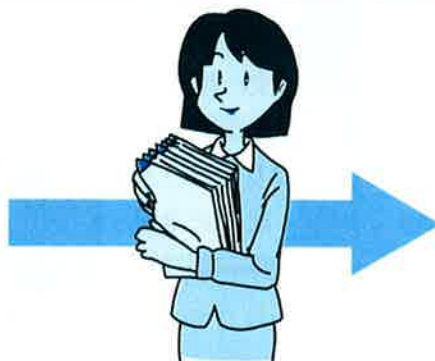
○相談機関利用促進員が職場にお伺いします

「相談機関利用促進員」とは、労働者健康福祉機構が委嘱した、メンタルヘルスや産業保健に詳しい、本事業のたのもしい担い手です。

全国のメンタルヘルス対策支援センターに配置され、みなさまの職場を訪問して、職場のメンタルヘルス対策をアドバイスするとともに、登録されたメンタルヘルス相談機関をご紹介します。



メンタルヘルス
対策支援センター
(産業保健推進センター内に設置)



相談機関
利用促進員



事業場

ご不明な点がございましたら、お近くの産業保健推進センターまたは、労働者健康福祉機構産業保健部までお問い合わせください。

産業保健推進センター

熊本産業保健推進センター

〒860-0806 熊本県熊本市花畑町1-7 MY熊本ビル8F
TEL: 096-353-5480 FAX: 096-359-6506

労働者健康福祉機構産業保健部

〒212-0013 神奈川県川崎市幸区堀川町580ソリッドスクエア東館19階
TEL: 044-556-0611 FAX: 044-556-9918
メール: soudan.sanpo@mg.rofuku.go.jp
ホームページ: <http://www.rofuku.go.jp/sanpo/eap/index.html>

～厚生労働省委託事業～
産業医等産業保健スタッフのための

母性健康管理研修会

この研修を受講すると医師・産業医の方々は
日本医師会「認定産業医」の単位が取得できます。

平成20年11月13日（木）

13：00～17：00



会 場

メルパルク熊本

〒860-0844 熊本市水道町14-1

Tel 096-355-6311

【主催】熊本産業保健推進センター

共催:社団法人熊本県医師会

【後援】社団法人日本医師会・財団法人女性労働協会

【お問い合わせは】熊本産業保健推進センター

〒860-0806 熊本県熊本市花畑町1-7 MY熊本ビル8F

Tel 096-353-5480 / Fax 096-359-6506

事業受託者:独立行政法人労働者健康福祉機構

男女雇用機会均等法では、事業主に対して、妊娠中及び出産後の女性労働者に必要な母性健康管理の措置の実施を義務付けています。

産業医、医師、保健師、助産師、看護師、衛生管理者、機会均等推進責任者等の産業保健スタッフのみなさまに、母性健康管理について知識を深めていただくために、「母性健康管理研修会」を開催いたします。みなさまのご参加をお待ちしております。



内 容

【1】

- 管内の働く女性の現状
- 男女雇用機会均等法における母性健康管理の措置
- 労働基準法における母性保護規定

熊本労働局雇用均等室長
植村 麗子

【2】

- 母子保健の理念
- 妊娠中の症状等に対応する医学的措置

母性健康管理指導医（熊本労働局）
清水町産科／婦人科 院長
竹本 純一

【3】

- 職場における妊産婦の健康管理と産業医等産業保健スタッフ等の役割

ソニーセミコンダクタ九州㈱産業医
熊本産業保健推進センター相談員
小柳 敦子

参 加 費

無 料

募 集 人 数

50人

会場のご案内



熊本県会場

ふりがな				事業場名 (勤務先名)			
氏 名							
連絡先	住所	〒	都道府県				
	TEL				FAX		
該当する番号に ○をつけて下さい	1 産業医 2 医師 3 保健師 4 助産師 5 看護師 6 衛生管理者 7 機会均等推進責任者 8 人事労務担当者 9 事業主 10 その他 ()						
該当者のみご記入 下さい	所属郡市区医師会名						医師会
	いずれか該当する方に○をつけて下さい						[基礎後期 ・ 生涯更新]
	認定証番号（認定産業医のみ）						

本研修会は日本医師会認定産業医制度における産業医研修会として指定を受けており、受講された方は基礎後期研修4単位または生涯更新研修1単位・専門研修3単位を取得できます。

※上記にご記入頂いた情報は、本研修会における参加者名簿作成のために使用いたします。

●参加申込書に必要事項をご記入の上、FAXでお申し込み下さい。 先着順にて、定員に達し次第締切とさせていただきます。

申し込み先FAX番号 096-359-6506

熊本産業保健推進センター産業保健相談員のご利用を

熊本産業保健推進センターでは、産業医、衛生管理者、産業保健師等産業保健業務に従事されている方々に対し、産業保健業務に関する相談業務を行っています。

そのため、当センターでは、別添名簿の産業保健相談員を配置し、皆様からのご相談に対応しております。費用は無料ですので、お気軽にご相談ください。

参考までに、過去の相談事例をご紹介します。【①メンタルヘルス編】

- 社員が気分不安定となったことから、1週間の休職を勧告し休ませたが、その後も気分がすぐれないとの理由で休んでいる。
精神科の受診を直接勧告すべきか。
 - 管理監督者のメンタルヘルス教育は、どのように取り組めばいいのか。
 - メンタルヘルス教育の一環としてストレス調査を検討しているが、初めての調査なので実施に当たり注意すべき点を教えて欲しい。
 - 社員が、ストレス障害と診断され自宅療養と復職を繰り返し、現在復職中。主治医からは復職可能の診断書が出ているが、内容に疑問がある。どのように対応すればよいか。
 - 職場にうつな社員が増え、対応に苦慮している。メンタルヘルス対策を進めるに当たって、何から手を付ければよいか。
 - 一年間休職後の復職者の受け入れ方について。気を付ける事があるのか。
 - 社員自身は認識していないが、1年を通じて良い時と悪い時の波がある。どのようなタイミングで声を掛けたいのか。
 - メンタルヘルス、職場復帰支援に関するマニュアルを社内準備中であるが、何か資料はないか。
 - 社員で最近元気がない者がいる。この社員に対しどのような介入が必要か。また、その際注意すべき点は何か。
 - 1年間精神疾患で休職していたが、最近主治医から診断書が届き、リハビリ出勤で様子を見たいとのこと。会社の現状ではリハビリ出勤は困難であり、今後どのような復職フォローをすればよいか。双方がうまく納まる解決策はあるか。
 - 職場の人間関係が原因で出勤できなくなった者がいる。産業医に相談したが、専門外と言われるフォローがうまくいかない。
 - うつの労働者に対する対処の仕方、復職時の注意点を教えて欲しい。
- どんな相談でもかまいませんので、ご利用ください。
メールでのご相談もお受けしております。

熊本産業保健推進センター

電話 096-353-5480 FAX 096-359-6506
e-mail sanpo43@mvd.biglobe.ne.jp

上半期ビデオ貸出ベスト10

順位	貸出番号	バーコード番号	タイトル	時間
1位	5-120	2100439	熱中症の予防と救急措置 職場から熱中症をなくそう	17分
2位	6-005	2100379	あなたのヒヤリはみんなのヒヤリ ヒヤリ情報で安全さきどり	18分
3位	6-068 6-069	2100551 2100552	安全の基本講座 1 安全の基礎知識 安全の基本講座 2 安全の基本ルール	40分 40分
4位	5-129	2100502	現場で役立つ熱中症対策	13分
5位	6-008 6-009	2100387 2100388	製造現場の不安全を探索！第1巻 製造現場の不安全を探索！第2巻	25分 30分
6位	6-098	2100650	安全衛生マネジメントシステムと職長 2 みんなで見つける現場の危険	18分
7位	5-187 5-188	2100764 2100765	1しないさせないパワーハラスメント《DVD》 2管理職のためのパワーハラを起こさない職場づくり	25分 25分
8位	2-114	2100773	職場のメンタルヘルスケア 部下の「うつ病」上司にできること《DVD》	35分
9位	5-190	2100780	もしもの時の応急処置マニュアル 熱中症	15分
10位	6-17	2100396	やっていますか指差呼称 第2巻 指差し呼称の実践法 ～基本とその活用～	15分

新着図書のご案内

その他の図書

貸出番号	バーコード番号	図書名	発行所
00-105	0000174	私もママになる！ －脊髄損傷女性の出産と育児－	NPO法人 日本せきずい基金

法令関係

貸出番号	バーコード番号	図書名	発行所
02-11	0200318	安衛法便覧Ⅰ 平成20年度版	労働調査会
02-11	0200319	安衛法便覧Ⅱ 平成20年度版	労働調査会
02-11	0200320	安衛法便覧Ⅲ 平成20年度版	労働調査会
02-19	0200321	新版 有機溶剤中毒予防規則の解説	中央労働災害防止協会

健康管理関係

貸出番号	バーコード番号	図書名	発行所
04-81	0400105	メタボリックシンドローム 予防・解消ハンドブック 独立行政法人 労働者健康福祉機構 編	労働調査会
04-82	0400106	運動器疾患の進行予防ハンドブック 予防・治療・リハビリテーション	豊永敏宏 著 医歯薬出版株式会社

随想

忘れ得ぬこと⑬



熊本県建設業協会雇用改善コンサルタント 長尾 禎一

人生というものは、私を取り巻く環境と自己のパーソナリティーとの格闘である。環境は、全体的環境と個別的環境とがあって、全体的というのは時代の風潮や歴史的な積み重ねによって構成された環境である。例えば、戦時下の環境や高度経済成長期での環境的状况であり、これから逃れることはできない。他方、個別的というのは全体的な環境の中で、その時その時の個別的環境、例えば個人的な家庭的環境や、周囲の身近な状況における環境であり、これは変革したり、変えたり、逃れたりも出来るものである。

さて、他方のパーソナリティーであるが、これには心理学者の色々な学説があって一概にこうであると断定できるものではない。

金子みすゞは服毒自殺した。橋本左内と同じ、26歳であった。

夕顔

蝉もなかない
くれがたに、
ひとつひとつ

キリリ、キリリと
ネジをとく

緑のつぼみ
ただひとつ

おお、神さまはいま
この中に。

(『全集』II)

蓮と鶏

泥のなかから
蓮が咲く。

それをするのは
蓮じゃない

卵のなかから
鶏が出る。

それをするのは
鶏じゃない。

それに私は
気が付いた。

それも私の
せいじゃない。

(『全集』II)

みすゞは、見えない世界を見ていた。そこは浄福の世界である。
サンテクジュベリがみすゞと同じ所から呼びかける。

「・・・心で見なくちゃ、ものごとはよく見えないってことさ。
かんじんなことは、目にみえないんだよ」

「おとなは、だれもはじめは子どもだった。しかし、そのことを忘れずにいるおとなはいくらもない」

(「星の王子様」より)

深夜業に従事する皆様へ

自発的健康診断受診支援助成金のご案内

深夜も頑張る
あなたが、
明日も元気で
いられるように。

人間ドックにも
ご利用できます



ご存知ですか？健康診断費の $\frac{3}{4}$ が、助成されます

仕事が一生涯がんばれるのは、元気な身体があつてこそ。深夜労働は、昼間の仕事に比べて身体への負担も大きくなりがち。疲れが気になったら、早めに健康診断を受けましょう。

支給対象者

深夜業に従事した方

勤務した時間の一部が午後10時から翌日の午前5時に
かかる方もふくまれます。

① 常時使用される労働者

② 自発的健康診断を受診する日前
6ヶ月の間に1ヶ月当たり4回以上
(過去6ヶ月で合計24回以上)
深夜業務に従事した方

助成金額

健康診断に要した費用(消費税も含む)の
 $\frac{3}{4}$ に相当する額

上限7,500円

※自発的健康診断とは、事業主の行う定期健康診断以外に労働者個人の意志で受ける健康診断をいいます。

※助成は、各年度につき1回に限ります。

※国の直営事業・官公署の事業等の労働保険非適用事業に勤務する労働者は対象となりません。

編集 後記

今年は早い梅雨明けで、例年になく長く暑かった夏も終わり、やっとクーラーなしで眠れるようになりました。さて、“あなたの睡眠は大丈夫ですか？”最近では、睡眠が足りないと、太りやすく、生活習慣病にもなりやすいことがわかってきました。

日本の秋の花と言えば、何といても「菊」ですが、陰干しして乾燥させた菊の花弁を枕に詰めたものに、「菊枕」というものがあります。やさしい菊の香りがリラックス効果をもたらし、眼精疲労、ストレス、不眠に効果的で、健やかな眠りを誘ってくれるそうです。秋の夜長に、日頃の疲れをこんな枕で癒すのもいいかもしれませんね。

菊枕には、好きな人の夢を見るという言い伝えもあり、恋愛運アップにも繋がるそうです。

県内メンタルヘルス相談機関一覧

こころが疲れたとき、気になる症状が続くときは、風邪などと同様に気軽な気持ちで相談にのってもらえる所が欲しいものです。

当センターにおいて下記のとおり相談窓口を開設していますのでお知らせします。また、この他にも県内で下記の各機関が相談の窓口を開いていますので、気軽にご利用してはいかがでしょうか。

職場における心の悩み相談窓口の概要

開設機関

熊本産業保健推進センター

熊本市花畑町1番7号 (MY 熊本ビル8F)

対象者

事業主・管理職・人事労務担当者・保健師・看護師・衛生管理者・産業保健スタッフ・労働者等

相談内容

部下の職場に起因する悩みごと。
労働者本人の職場に起因する悩みごと等。

相談方法

- ・面談※
- ・TEL 096-353-5480※
- ・FAX 096-359-6506
- ・メールアドレス sanpo43@mvd.biglobe.ne.jp

※(ただし、面談、TELは第1月曜日、第1・3水曜日、第2・4金曜日の午後2～4時)



- 従業員50人未満で産業医の選任義務のない事業場は、次の機関もご利用ください。

地域産業保健センター

熊本地域産業保健センター

〒860-0811 熊本市本荘5-15-12 (熊本市医師会ヘルスケアセンター内)
TEL 096-366-2711

八代水俣地域産業保健センター

〒866-0074 八代市平山新町字中道4453-2 (八代市医師会内)
TEL 0965-39-9531

有明地域産業保健センター

〒865-0005 玉名市玉名2186 (玉名市医師会内)
TEL 0968-72-3050

人吉球磨地域産業保健センター

〒868-0037 人吉市南泉田町72-2 (人吉市医師会内)
TEL 0966-22-3059

天草地域産業保健センター

〒863-0046 天草市亀崎町食場1181-1 (天草地域健診センター内)
TEL 0969-25-1236

菊池鹿本地域産業保健センター

〒861-1331 菊池市隈府堀の内764-1 (菊池郡市医師会内)
TEL 0968-23-1210

阿蘇地域産業保健センター

〒869-2225 阿蘇市黒川1178 (阿蘇郡医師会内)
TEL 0967-34-1177

- 熊本こころの電話 096(356)0110

- 熊本いのちの電話 096(353)4343

- 精神保健及び精神障害者の福祉に関する総合的技術センターです。

熊本県精神保健福祉センター 熊本市水通町9-16 ☎096-356-3629

- 地域における精神保健福祉に関する相談窓口です。

熊本県宇城保健所	宇城市松橋町久具400-1	☎0964-32-1147
有明保健所	玉名市岩崎1004-1	☎0968-72-2184
山鹿保健所	山鹿市山鹿465-2	☎0968-44-4121
菊池保健所	菊池市隈府1272-10	☎0968-25-4155
阿蘇保健所	阿蘇市内牧1204	☎0967-32-0535
御船保健所	上益城郡御船町辺田見400	☎096-282-0016
八代保健所	八代市西片町1660	☎0965-32-6121
水俣保健所	水俣市八幡町2-2-13	☎0966-63-4104
人吉保健所	人吉市寺町12-1	☎0966-22-3107
天草保健所	天草市今釜新町3530	☎0969-23-0172
熊本市中央保健福祉センター	熊本市九品寺1-13-16	☎096-364-3113
西保健福祉センター	熊本市新町2-4-27	☎096-354-1201
東保健福祉センター	熊本市錦ヶ丘1-1	☎096-365-3000
北保健福祉センター	熊本市清水本町16-10	☎096-345-2175
南保健福祉センター	熊本市平成1-10-8	☎096-355-4111



駐車場・交通のご案内

- 車でお越しの方は、入江駐車場(無料)をご利用ください。
- 市電市役所前下車徒歩1分、交通センターより徒歩5分

ご利用いただける日時

- 当センターの休日を除く毎日……午前9時～午後5時
 - 当センターの休日……毎土・日曜日、国民の祝日、年末・年始
- ※なお、事業内容その他の詳細につきましては、下記にお問合わせください。

お問い合わせは



独立行政法人 労働者健康福祉機構

熊本産業保健推進センター

〒860-0806 熊本市花畑町1番7号 MY熊本ビル8階

TEL 096-353-5480 FAX 096-359-6506

ホームページ <http://www.kumamoto-sanpo.jp/>

電子メール sanpo43@mvd.biglobe.ne.jp