

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	保護員について 作業員の身体を守る安全衛生保護員について考える	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ックス法です	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際 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】 ㈱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(JPND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・労働担当者など) ■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 <small>たか き かね ひろ</small> 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

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 たか き 高木 かね ひろ 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）研究に力点がおかれ、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、まずは会社へ行っ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、家族はよく様子を見て、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。

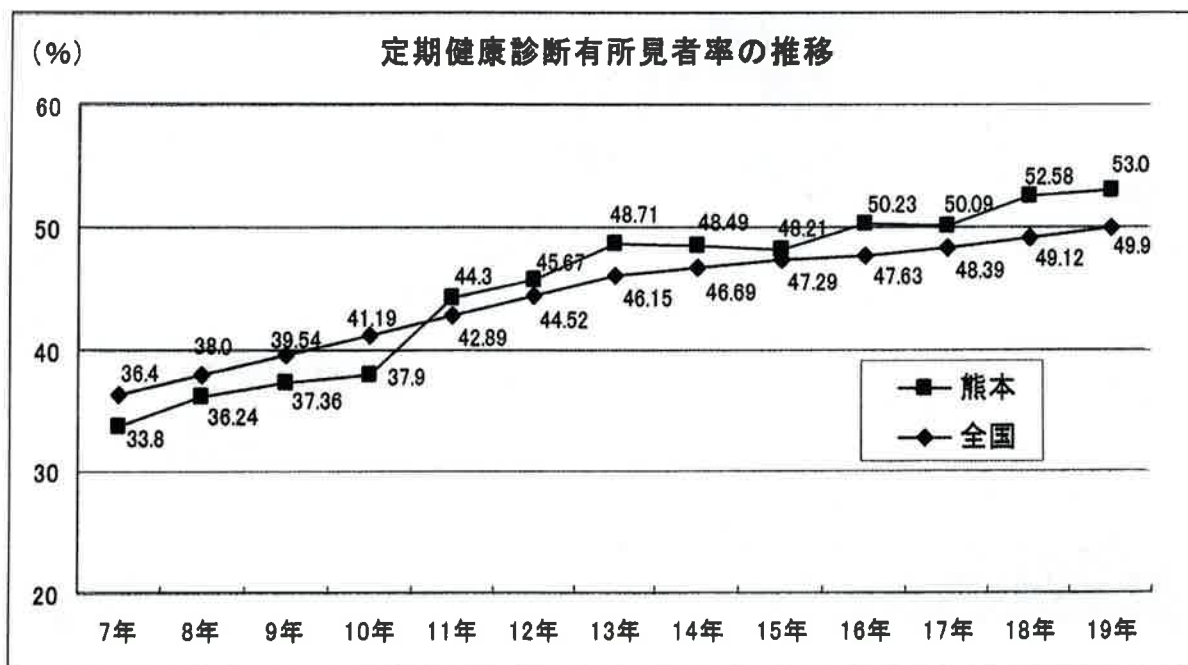
今般、これがまとまりましたので、概要を紹介します。

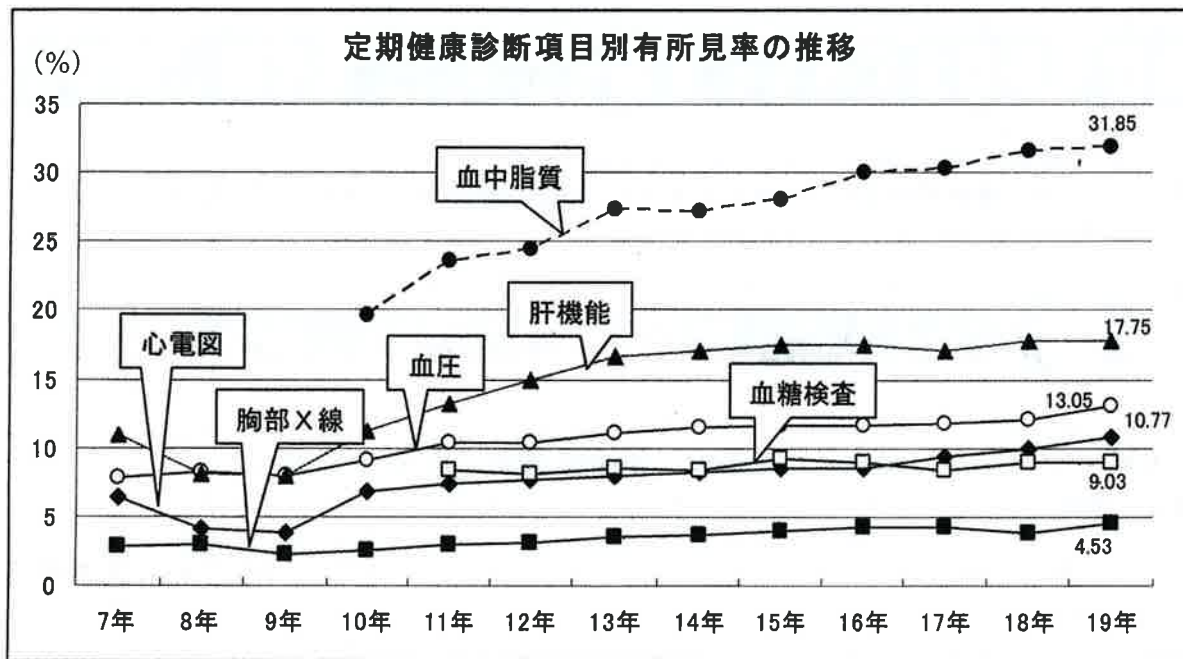
原油などの工業用原材料の価格高騰などの影響から、多くの中小企業を抱える熊本県内の景気は、当面の減速は避けられそうもないとされています。

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

