



※お申込みの受付期間がありますので、ご注意ください。

研修参加時には新型コロナウイルス感染予防対策のため、必ず留意事項をお読みください。

※研修会ご参加時の留意事項について

<https://kumamotos.johas.go.jp/documents/caution.pdf>

---

<<■■■■■12月の予定■■■■■>>

---

日 時:12月2日(水)14:00~16:00  
研修テーマ:疲労回復・リフレッシュのためのセルフケア体験  
講 師:牧尾幸美

---

日 時:12月7日(月)18:30~20:30  
研修テーマ:粉じん・石綿のばく露防止対策、健康障害対策  
【産医単位:更新2】  
講 師:織田智行

---

日 時:12月10日(木)14:00~16:00  
研修テーマ:小規模事業場におけるメンタルヘルス  
講 師:宮本憲司朗

---

日 時:12月21日(月)14:00~16:00  
研修テーマ:衛生管理者の役割  
講 師:岩男周二

---

日 時:12月22日(火)18:30~20:30  
研修テーマ:産業医として知っておきたい職場での化学物質管理  
(最近の動向や基礎的な対策について)【産医単位:専門2】  
講 師:上田厚

---

<<■■■■■1月の予定■■■■■>>

---

日 時:1月14日(木)14:00~16:00  
研修テーマ:高年齢労働者に対する労働衛生管理  
講 師:加藤貴彦

---

日 時:1月18日(月)14:00~16:00  
研修テーマ:交流分析を活用したメンタルヘルスケア【産医単位:専門2】  
講 師:森田裕子

---

日 時:1月20日(水)14:00~16:00  
研修テーマ:ストレスチェック実施後の職場環境改善【産医単位:実地2】  
講 師:尾池千賀子

---

◇  
熊本産業保健総合支援センターから『産業保健に関する質問募集』のお知らせ！

---

会社の衛生管理の担当者に選任されたが、衛生管理活動をどう進めたらいいか、社内でメンタルヘルス対策を進めたいがどう対応したらいいのかわからない等といったことでお悩みではありませんか。  
当センターでは、メンタルヘルスや健康管理など産業保健に関する様々な問題について、専門スタッフが相談に応じ、解決方法を助言します。今お悩みのこと、疑問に思っていることがありましたら以下のいずれかの方法でご相談下さい。  
相談はすべて無料です。相談により知り得た情報等は保秘します。

- ・ホームページ:<https://www.kumamotos.johas.go.jp/FormMail/soudan/index.php>
- ・メール:[ksanpo43@kumamotos.johas.go.jp](mailto:ksanpo43@kumamotos.johas.go.jp)
- ・FAX:096-359-6506/TEL:096-353-5480

尚、電話、FAX、メール等の方法で、回答いたします。  
回答先及び回答方法は以下の通りです。

- ・ご希望回答方法(電話・FAX・メール・郵便)
- ・住所等
- ・会社名
- ・担当者名
- ・電話番号
- ・FAX番号
- ・メールアドレス
- ・メルマガ配信希望(メールアドレス)

◇  
労災疾病等医学研究普及サイトのご案内

### 「メタボローム」について

メタボロームの「メタボ」という単語から、お腹の内面や内臓周りに脂肪が蓄積する「内臓脂肪型肥満」のことを連想されるかもしれませんが、メタボロームとは「細胞内代謝によって作られた低分子化学物質の総体」を指す呼称です。

具体的には、核酸(DNA)やたんぱく質のほか、糖・有機酸・アミノ酸など数千種に及びます。このメタボロームを解析することで、疾患の発症を予測できる可能性があり、本研究ではこのメタボロームの解析を通じて、勤労世代が多く罹患する疾患について診断方法を確立することを目的として、以下の2点に絞って研究を行っています。

1. 過重労働・ストレス下における心疾患イベントを予測する因子  
労働者の過労死予防のため、メタボローム解析により、過労死の要因となっている「心臓疾患」発症に至る予測因子、関係因子となりうる定量的マーカーの推測、同定を行います。

#### 【中間報告】

研究1 長時間労働下におけるメタボロームの特徴  
男性職員で残業時間が80時間を超える者の採血、尿、唾液を採取し、メタボローム解析を行い、同一職員の残業時間が少ない時期(45時間以内)と比較しました。

研究2 ACS患者におけるメタボロームの特徴  
ACS患者(60歳以下の男性、勤労者)と、健康診断センターを受診する年齢が一致した60歳までの男性勤労者の採血、尿、唾液のメタボローム解析を行い比較しました。

2. 早期慢性膵炎の疾患概念の研究と新規診断法の開発  
勤労男性に発生率の高い早期慢性膵炎は、職場ストレスと大量飲酒の関連が原因と推測されていますが、未だ明らかではありません。このため、メタボローム解析を通じて、早期慢性膵炎の疾患概念を明らかにして早期診断法の開発を行うとともに、早期慢性膵炎と職場ストレス等との関連を検討します。

#### 【中間報告】

アルコール性慢性膵炎患者、アルコール性早期慢性膵炎患者、健常者(飲酒群、非飲酒群)各20例を目標とし、症例収集を行っています。現在、一部の症例のメタボローム解析を行っています。

本研究の詳細について「労災疾病等医学研究普及サイト」に記載がありますので是非ともご覧ください。

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



～産業保健のトピック！ 産業医・産業看護職の皆様へ～

### 「新型コロナ」

朝晩はめっきり寒くなり、新型コロナも勢いを増しているのか、今後の見通しが立たない不安な状況が続いています。

新型コロナが発生して半年以上も経過し、もちろん、まだ治療法やワクチンなど先行き不透明な部分もありますが、ウイルスの特徴など徐々にわかってきている部分もあります。「徹底的な3密の回避」については効果があるので、これからもその対策は求められるところです。この機会にこの半年の対応を見直し、続けていくこと、また不要なもの（空気の消毒など）はやめることも必要です。

これから冬に向かっていく中で、職場の中で特に気を付けたいのが、「体調が悪い場合の出勤をしない・させない」ということです。新型コロナというと、「発熱」という症状を思い浮かべると思いますが、実際に発症した人の症状としては、発熱は約半数で、その他としては咳が半数、咽頭痛は3割、頭痛が4割、筋肉痛が4割程度とされています。一部のスポーツ選手が検査を受けたきっかけとして挙げられていた新型コロナ特有の症状である「嗅覚・味覚障害」については、1割程度とされています。つまり、発熱がないからよいというわけではなく、何かしらこれまでとは違った「体調の悪さ」を感じたら、思い切って会社を休むことです。初期であれば風邪の症状とさほど区別もつきません。そういった意味でも、これからの季節は「3密の回避」に加えて、「睡眠」「食事」など日頃の健康管理もこれまで以上に重要になってきます。

この冬を乗り越え、春には少し明るい情報が流れてくることに期待したいです。



いろいろなお知らせ

#### ◆ 当センター及び機構本部からのお知らせ

##### 1. 地域産業保健センターのご案内（全て無料です）

<https://kumamotos.johas.go.jp/chiiki.htm>

- ・阿蘇地域産業保健センター  
Tel 0967-34-1177 Fax 0967-34-1619
- ・有明地域産業保健センター  
Tel 0968-72-3050 Fax 0968-72-3930
- ・天草地域産業保健センター  
Tel 0969-25-1236 Fax 0969-24-4126
- ・菊池鹿本地域産業保健センター  
Tel 0968-23-1210 Fax 0968-23-1211
- ・熊本地域産業保健センター  
Tel 096-366-2711 Fax 096-366-2750
- ・人吉球磨地域産業保健センター  
Tel 0966-22-3059 Fax 0966-22-3059
- ・八代水俣地域産業保健センター  
Tel 0965-39-9531 Fax 0965-39-9532

##### 2. 新型コロナウイルス感染症に関する情報

※情報は随時更新されております。最新の情報をご確認ください。

<https://kumamotos.johas.go.jp/useful.shtml>

※新型コロナウイルス感染症対策にリンク集を掲載しました  
【労働者健康安全機構】

<https://kumamotos.johas.go.jp/contents/news/20201126132727.html>

3. 治療と仕事の両立支援ポータルサイトに「今月の現場から（保健師コラムリレー）」が追加掲載されました

<https://kumamotos.johas.go.jp/contents/news/20201124091712.html>

◆ 大雨災害による被災地での健康を守るために

令和2年7月豪雨により、広範囲に及ぶ地域で河川氾濫、浸水被害が発生し、多くの尊い命が失われました。被災地での避難所等における生活、災害復旧活動が長期に及ぶことにより、様々な健康への影響が懸念され、心と体の健康を守るための対策が重要です。

被災された労働者やそのご家族が健康に過ごしていただくため、大切なことをまとめました。事業場にも、これらのことを知っていただき、ご配慮いただくようお願いいたします。

<https://kumamotos.johas.go.jp/contents/news/20200714111157.html>

1. 「令和2年7月豪雨被災者のための心の相談ダイヤル」及び「令和2年7月豪雨被災者のための健康相談ダイヤル」を設置しています。

被災された住民の方（事業者、労働者及びその家族等）からのメンタルヘルスに関する相談及び健康に関する相談に応じるため、「令和2年7月豪雨被災者のための心の相談ダイヤル」及び「令和2年7月豪雨被災者のための健康相談ダイヤル」を設置しています。

この相談ダイヤルでは、被災された住民の方のメンタルヘルスに関する相談及び健康不安に関する相談などに対応します。

● 「令和2年7月豪雨被災者のための心の健康ダイヤル」

- ・フリーダイヤル 0120-200-826  
全国どこからでも、携帯電話やPHSからも無料で利用可能
- ・受付日時 平日（10時00分～17時00分／土日祝日を除く）
- ・対象者 被災された住民の方（事業者、労働者及びその家族等）  
相談例：強いストレスや不安について

● 「令和2年7月豪雨被災者のための健康相談ダイヤル」

- ・フリーダイヤル 0120-730-230  
全国どこからでも、携帯電話やPHSからも無料で利用可能
- ・受付日時 月・水（13時00分～17時00分／祝日を除く）
- ・対象者 被災された住民の方（事業者、労働者及びその家族等）  
相談例：健康管理や感染対策などの健康不安について

当センターにおいても、産業保健に関する様々な問題について、専門スタッフが、センターの窓口（予約）、電話、電子メール等で相談に応じ、解決方法を助言しています。

<https://kumamotos.johas.go.jp/contents/news/20200729162915.html>

◇  
主な行政の動き

【厚生労働省】

1. 第134回労働政策審議会安全衛生分科会（資料）掲載
  - ・労働安全衛生施行令の一部を改正する政令案要綱等について（諮問）
  - ・押印を求める手続の見直しのための厚生労働省関係政令の一部を改正する整理（仮称）案要綱（独立行政法人労働者健康安全機構法施行令の一部改正関係）等について（諮問）
  - ・労働安全衛生規則及び労働安全コンサルタント及び労働衛生コンサルタント規則の一部を改正する省令案要綱について（諮問）
  - ・特定化学物質障害予防規則等の一部を改正する省令等の一部を改正する省令案について
  - ・平成26年改正労働安全衛生法の施行状況及び第13次労働災害防止計画の実施状況について

<https://kumamotos.johas.go.jp/contents/news/20201118124155.html>

2. ベンジルアルコールに対するラベル表示・SDS交付等の義務化  
～ベンジルアルコールがラベル表示・安全データシート交付等の義務対象物質に追加されます～

「労働安全衛生法施行令の一部を改正する政令案要綱」と「労働安全衛生規則の一部を改正する省令案要綱」の諮問と答申がありました。

政令及び省令の施行期日は、令和3年1月1日となります。

<https://kumamotos.johas.go.jp/contents/news/20201119162125.html>

3. 治療と仕事の両立支援地域セミナー 事前視聴登録を開始しました。  
全国7エリアにて「地域セミナー」を開催  
九州・沖縄エリア  
（福岡、佐賀、長崎、熊本、大分、宮崎、鹿児島、沖縄）  
令和3年1月25日（月）  
【登壇者】  
パネリスト  
株式会社新日本技術コンサルタント 総務部 部長 児玉 史彦氏  
宮崎商工会議所 総務部総務課 総務課長 益田 浩志氏  
宮崎商工会議所 総務部総務課 主事 柳田 友子氏  
江津しょうぶ苑有料老人ホーム 畑野 真紀氏  
江津しょうぶ苑有料老人ホーム 加來 敬博氏

コーディネーター  
医療法人ロコメディカル 副理事長／  
ロコメディカル総合研究所 所長 江口 有一郎氏

<https://kumamotos.johas.go.jp/contents/news/20201125172749.html>

4. 職場における新型コロナウイルス感染症への感染予防及び健康管理について、  
経済団体などに再度協力を依頼  
令和2年11月27日付けで、厚生労働省から労使団体や業種別事業主団体などの経済団体に対し、再度、職場における感染予防、健康管理の強化、テレワークの積極的な活用等を、傘下団体などに向け周知するよう協力を要請されました。

<https://kumamotos.johas.go.jp/contents/news/20201130083721.html>

5. 冬場における「換気の悪い密閉空間」を改善するための換気の方法  
厚生労働省では、商業施設等の管理者向けに冬場における「換気の悪い密閉空間」を改善するための換気の方法をとりまとめられました。

<https://kumamotos.johas.go.jp/contents/news/20201130090401.html>

6. 12月は「職場のハラスメント撲滅月間」です  
～職場のハラスメント対策シンポジウム開催～

職場のハラスメント対策シンポジウム

- 1 日時  
令和2年12月9日（水）14時00分～16時00分（予定）
- 2 会場  
オンライン配信
- 3 内容  
(1) 基調講演 原 昌登氏（成蹊大学法学部教授）  
講演題目：「明るい／働きやすい職場を作るために」  
～ハラスメント対策のポイントと法改正の内容について～  
(2) 企業事例紹介 第一三共株式会社  
(3) ハラスメント対策高座 立川 志らべ氏（落語家）

<https://kumamotos.johas.go.jp/contents/news/20201130162246.html>

=====

●次回の第166号は令和2年12月15日頃に配信予定です。

編集内容等に関するご意見・お問合せなどをお寄せください。  
またメールアドレスの変更の場合は件名に[メルマガアドレス変更希望]、  
配信停止希望の場合は、[メルマガ配信停止希望]等ご記入の上  
ksanpo43@kumamotos.johas.go.jpへお願いします。

\*\*\*\*\*

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  
<https://www.kumamotos.johas.go.jp/>  
E-Mail:ksanpo43@kumamotos.johas.go.jp

\*\*\*\*\*