



《熊本産業保健総合支援センターメールマガジン》

第237号(令和7年1月6日)



---

《コンテンツ》

◇新年のご挨拶

◇産業保健研修会について

◇いろいろなお知らせ

1. 地域産業保健センターのご案内
2. 「自然災害又は大規模な事故等による災害被災者のための心と健康の相談ダイヤル」を設置
3. 「さんぽセンターWebひろば」
4. 全国健康保健協会（協会けんぽ）熊本支部と協定を締結しました

◇主な行政・関連機関等の動き

【厚生労働省】

1. 令和5年「国民健康・栄養調査」の結果
2. 「化学物質管理強調月間」（2月）を初めて実施します
3. 不妊治療と仕事 両立できていますか？ 両立支援ガイドブック
4. 第7回ストレスチェック制度等のメンタルヘルス対策に関する検討会議事録
5. 変異原性が認められた化学物質の取扱いについて  
(令和6年12月12日基発1212第3号)

【熊本労働局】

1. 雇用環境・均等関係の周知資料（12月分）

【日本医師会】

1. 認定産業医制度におけるコロナ特例の終了について（2028年3月末）

◇労災疾病等医学研究普及サイトのご案内

「両立支援コーディネーター基礎研修」

◇コラム「本の紹介」

◇編集後記

---

◇ \_\_\_\_\_  
新年のご挨拶

謹んで新年のお慶びを申し上げます。  
日頃より、産業保健活動の推進にご理解とご協力を賜り、心より感謝申し上げます。

昨今、社会全体で働く人々の健康を支える取り組みが重要視される中、中小規模事業場においてもメンタルヘルス対策を含む産業保健活動の推進が、かつてないほど求められる時代となっております。近況になりますが、令和6年12月12日に全国健康保健協会（協会けんぽ）熊本支部様と当センターとの間で働く人のメンタルヘルス対策や治療と仕事の両立支援に関する事業連携を目的とした協定を締結いたしました。ラインケア教育やセルフケア教育、心の健康づくり計画策定等のメンタルヘルス対策の推進をはじめ、専門的な研修や相談対応、治療と仕事の両立支援に至るまで、多角的な活動を継続し、事業場の皆様を全力で支援してまいります。特に労働者数50人未満の事業場を対象とした地域産業保健センターでは、支援の重要性がさらに高まると見込まれており、引き続き地域に密着した支援を展開していく所存でございます。

当センターの活動は、相談員や促進員をはじめ、地域窓口でご活躍いただいている産業医や保健師、研修講師等の方々など多くの専門家のご協力によって成り立っています。改めて皆様のご尽力に深く感謝申し上げます。

本年も引き続き、皆様のお力添えを賜りながら、働く方々が心身ともに健康で安心して働ける職場環境の実現に向けての支援に邁進してまいります。当センターの取り組みをぜひご活用いただき、健康で活力ある職場づくりにお役立ただけければ幸いです。

今年の干支は「巳」年でございます。「灰吹きから蛇が出る」という諺が示すように、予期せぬ出来事に驚かされることもあるかもしれません。しかしながら、そのような出来事こそが新たな可能性を生み出す契機になるとも考えられます。昨年も震災や猛暑といった困難がございましたが、その中から得られた多くの教訓があったのではないかと存じます。今年もまた、より良い社会の実現に向けて一步一步取り組んでまいりたいと存じます。

結びに、本年が皆様にとりまして、健康で実り多き一年となりますよう、心よりお祈り申し上げます。改めまして、今年も何卒よろしくお願い申し上げます。

熊本産業保健総合支援センター  
所長 坂本 不出夫

◇ 産業保健研修会について

随時更新しておりますので、最新の情報は、ホームページをご確認ください。

令和6年度産業保健研修会（詳細・お申込み）  
<https://kumamotos.johas.go.jp/useful.shtml#20180704004444>

産業保健スタッフ（産業医・保健師・看護師・衛生管理等）のみならず、労働者・事業主或いは、産業保健に関して興味をお持ちの多くの皆さまのご参加をお待ちしています。

オンラインでの研修も予定しておりますが、オンラインで参加が難しい方はご相談ください。

※研修会ご参加時の留意事項について  
<https://kumamotos.johas.go.jp/documents/caution.pdf>



～ 1月・2月の研修予定～

～・～・～・～・～  
＜＜オンライン研修＞＞

(※日本医師会認定の単位付与研修ではありません。)

---

日 時: 1月28日(火) 14:00～16:00

研修テーマ: 1) 衛生委員会を活性化させるために  
(事業場担当者向け)  
2) 改正されたTHP(心と体の健康づくり)指針を  
理解し、効果的な取組みを考えましょう

講 師: 尾池千賀子

---

日 時: 2月6日(木) 14:00～15:30

研修テーマ: 職場における目の健康課題とその対策  
～目の不調とプレゼンティーズム～

講 師: 宮崎隆一

---

日 時: 2月7日(金) 14:00～15:30

研修テーマ: 健康経営とコラボヘルスの実際

講 師: 大森久光

---

日 時: 2月13日(木) 14:00～16:00

研修テーマ: 生活習慣改善の指導で役に立つ便秘になりにくい  
食事について

講 師: 藤井しのぶ

---

日 時: 2月19日(水) 14:00～15:30

研修テーマ: 事業場におけるハラスメント対策

講 師: 荒木亮子

～・～・～・～・～  
＜認定産業医対象研修＞

※日本医師会認定産業医生涯研修対象の研修として申請して  
おります。

※ホームページでは、研修名にハートの記号が付いている研  
修となります。

---

日 時: 1月9日(木) 14:00～16:00

会 場: 熊本産保センター 会議室

研修テーマ: 職場の人間関係に活かすアサーション  
【産医単位: 専門2】

講 師: 森田裕子

---

日 時: 1月21日(火) 14:00～15:30

会 場: 熊本産保センター 会議室

研修テーマ: メンタルヘルス不全による休職者の  
職場復帰支援 ～リワーク支援を活用した復職～  
【産医単位: 専門1.5】

講 師: 熊本障害者職業センター

---



- (4) 個別訪問による産業保健指導の実施  
(5) その他 労働者の健康管理や産業保健に関するご相談を受け付けています。

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

- ・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 0968-82-8844
- ・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 096-366-6788 Fax 096-366-6788
- ・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. 「自然災害又は大規模な事故等による災害被災者のための心と健康の相談ダイヤル」

令和6年能登半島地震に伴う災害により被災された方からの相談の受付を始めました

労働者健康安全機構では、自然災害又は大規模な事故等により被災された方々（事業者、労働者及びその家族等）に対するメンタルヘルス及び健康に関する相談に応じるため、相談ダイヤルを設置しています。

<https://kumamotos.johas.go.jp/contents/news/20230606114132.html>

3. 「さんぽセンターWebひろば」  
皆藤愛子さんが、「さんぽセンター」の取組についてご案内しております。

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

4. 全国健康保健協会（協会けんぽ）熊本支部と協定を締結しました  
当センターは、令和6年12月12日に全国健康保険協会（協会けんぽ）熊本支部と「熊本県における働く方の健康づくり推進に向けた事業連携に関する協定」を締結しました。主に、働く人のメンタルヘルス対策や治療と仕事の両立支援に関する事業連携を目的としたものです。

県内ではメンタルヘルスに関して不調を訴える方が増加しており、協会けんぽ熊本支部が給付する傷病手当金（※3）においては、令和5年度の給付額約44億870万円のうち、精神疾患によるものが約15億3,560万円（約34.8%）を占めています。

また、新生物（がん等）によるものも約7億9,950万円（約18.1%）と多く、精神疾患や新生物の治療のため休業を余儀なくされている方や、仕事に就くことができない働く世代の方に向けての「治療と仕事の両立支援」や疾病予防対策が課題となっています。

【協定の協力・連携事項】

- (1) メンタルヘルス対策の取り組み支援に関すること

- (2) 治療と仕事の両立支援に関すること
- (3) その他、熊本県民、特に働く方々の健康づくりの推進に向けた取り組みに関し必要な事項に関すること

【各代表者コメント】

- ・協会けんぽ熊本支部 支部長 富田和典 様  
「協会けんぽと産業保健総合支援センターの連携により、働く方の健康づくりに一層注力していきたい。企業には、労働力の確保や生産性の維持・向上に向けた健康経営の一助として我々を活用していただきたい。」
- ・熊本産業保健総合支援センター 所長 坂本不出夫  
「事業所におけるメンタルヘルス対策や、治療しながら仕事を続けていく従業員への支援については十分とは言えず、特に小規模事業所で進んでいない現状がある。  
小規模事業所が多く加入する協会けんぽとの連携によって、当センターのサービスを活用いただける機会を増やし、働く方の健康づくりのサポートをより一層推進していきたい。」

<https://kumamotos.johas.go.jp/contents/news/20241223132837.html>



主な行政・関連機関等の動き

【厚生労働省】

1. 令和5年「国民健康・栄養調査」の結果

厚生労働省のホームページに、『令和5年「国民健康・栄養調査」の結果』が掲載されました。

この調査は、健康増進法（平成14年法律第103号）第10条に基づき実施するものであり、国民の身体の状態、栄養摂取状況及び生活習慣の状態を明らかにし、国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基礎資料を得るために毎年実施しています。

（調査のポイント）

国民の身体の状態、栄養摂取状況及び生活習慣の状態を把握

●身体の状態

・男性の20歳以上の肥満者（BMI $\geq$ 25 kg/m<sup>2</sup>）の割合は31.5%であり、平成25年から令和元年の間で有意に増加し、その後有意な増減なし（5頁）。

●栄養・食生活に関する状況

・20歳以上の野菜摂取量の平均値は256.0 gであり、男性では直近10年間で有意に減少、女性では平成27年以降有意に減少（11頁）。

●身体活動・運動に関する状況

・20歳以上の歩数の平均値は男性で6,628歩、女性で5,659歩であり、直近10年間で男女とも有意に減少（18頁）。

●喫煙に関する状況

・現在習慣的に喫煙している者の割合は15.7%であり、男性25.6%、女性6.9%。直近10年間で男女とも有意に減少（21頁）。

・受動喫煙の機会を有する者の割合は、平成20年以降有意に減少（24頁）。

<https://kumamotos.johas.go.jp/contents/news/20241202152139.html>

2. 「化学物質管理強調月間」（2月）を初めて実施します

令和6年度 「化学物質管理強調月間」スローガン  
金賞 「正しく理解 正しく管理 化学物質と向き合おう」

厚生労働省は令和7年2月1日から2月28日までの1か月間、「化学物質

管理強調月間」を実施します。

職場において製造または取り扱われる化学物質は、数万程度存在すると言われています。そのうち、危険性・有害性を有する化学物質は約2,900程度あることがわかっています。厚生労働省では、化学物質による労働災害を防止するため、労働安全衛生法に基づく新たな化学物質規制を導入し、本年4月から施行しています。

「化学物質管理強調月間」は、職場における危険・有害な化学物質管理の重要性に関する意識の高揚を広く一般に図るとともに、化学物質管理活動の定着を図ることを目的としたもので、毎年2月に実施することとしており、今年度が初めてとなります。

<https://kumamotos.johas.go.jp/contents/news/20241202153517.html>

### 3. 不妊治療と仕事 両立できていますか？ 両立支援ガイドブック

厚生労働省で不妊治療と仕事の両立支援ガイドブックを作成され、ホームページに掲載されました。

<https://kumamotos.johas.go.jp/contents/news/20241209083440.html>

### 4. 第7回ストレスチェック制度等のメンタルヘルス対策に関する検討会議事録

令和6年10月10日（木）10:00～に開催された「第7回ストレスチェック制度等のメンタルヘルス対策に関する検討会」の議事録が、厚生労働省のホームページに掲載されました。

<https://kumamotos.johas.go.jp/contents/news/20241212163035.html>

### 5. 変異原性が認められた化学物質の取扱いについて (令和6年12月12日基発1212第3号)

労働安全衛生法（昭和47年法律第57号）第57条の4第1項の規定に基づき届出のあった化学物質及び同条同項の既存の化学物質として政令に定める化学物質のうち、有害性の調査の結果について学識経験者の意見を聴取し、変異原性試験の結果、強度の変異原性が認められる旨の意見を得たものについて、「変異原性が認められた化学物質による健康障害を防止するための指針」（平成5年5月17日付け基発第312号の3の別添1。以下「指針」という。）の対象物質に追加することとされました。

<https://kumamotos.johas.go.jp/contents/news/20241218123051.html>

#### 【熊本労働局】

##### 1. 雇用環境・均等関係の周知資料（12月分）

12月の雇用環境・均等関係等労働行政に係る資料が、熊本労働局のホームページに掲載されました。

<https://kumamotos.johas.go.jp/contents/news/20241224154858.html>

#### 【日本医師会】

##### 1. 認定産業医制度におけるコロナ特例の終了について（2028年3月末）

（日本医師会のホームページより）

コロナ禍により有効期限内に更新必要単位が充足できなかった認定産業医（有効期限：2020年（令和2年）2月以降）につきましては、更新手続きの特

例を設けておりましたが、研修会開催数や認定産業医の更新率が平常時に戻りつつあることから、日本医師会認定産業医制度運営委員会で慎重に議論をした結果、特例措置は2027（令和9）年度末（2028（令和10）年3月末）をもって終了することといたしました（2028年3月末までに必要な単位を取得していること）。

<https://kumamotos.johas.go.jp/contents/news/20241213135648.html>

◇  
労災疾病等医学研究普及サイトのご案内  
「両立支援コーディネーター基礎研修」

当機構では、治療と就労の両立支援活動推進のため「両立支援コーディネーター基礎研修」を実施しております。

この研修では、インターネット回線を利用した「動画配信研修」と「WEBライブ講習」を組み合わせた研修を行います。動画配信による研修（20日間程度の期間において任意の時間で視聴可）を全て受講していただいた上で、「WEBライブ講習」開催日にリアルタイム研修を受講していただくこととなります。

全てのカリキュラムを履修された方には修了証を発行します。

また、本研修は「認定医療ソーシャルワーカーポイント」の認定ポイント対象研修（11ポイント）です。

今年度の研修日程を当機構ホームページにて公開しております。なお、今年度最後の受講者募集を12月6日（金）13時～12月20日（金）17時に実施いたします。

ご興味のある方はぜひご確認のうえ受講をご検討ください。

★両立支援コーディネーター基礎研修はこちら

<https://www.research.johas.go.jp/ryoritsucoo/>

◇  
コラム「本の紹介」

昨年夏は暑さからの避暑で、休日は図書館通いをしておりました。その中で借りた本が「ライオンのおやつ」。当時のテレビの書籍本紹介で、読んでみたいと思っていましたが、図書館ではいつも貸出中。図書館通いの中で思い出し、本を借りることができました。2020年本屋大賞の第2位だけあって、日頃から本を読まない私でも読みやすく、ちょっと考えさせられる内容の1冊でした。

その本に、前に借りた人の貸出カードが残っていました。

6冊くらい借りている本の内容からは、どうも年齢が上の人のよう。見知らぬ人からの本の紹介だと思った私は、残された貸出カードの本を、図書館の検索機で探しました。その中から自分では選びそうもない1冊をチョイス、意外とサラッと読めました。暑さが和らぐにつれて図書館から縁遠くなりましたが、どなたかお勧め本を紹介してくれませんか？今回の年末年始、こたつで読書もいいなあと思っています。

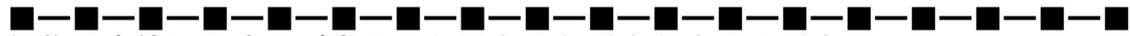
熊本産業保健総合支援センター 職員

◇  
編集後記

先日、人間ドックを受けてきました。年々、身体の衰えが数値として現実を突きつけられるようになってきています。

そういえば、眼科などで視力を測定する際に使用される、まっすぐ伸びた一本道に気球が浮かんでいる画像をご存じでしょうか？

「オートレフラクトメーター」と呼ばれる装置で、屈折異常（近視、遠視、乱視など）を自動的に測定する際に使われることが多い画像です。実は、その一本道には対向車が向かってきているんです。だいたい気球に焦点を合わせるようにするため、気づくことが無いかと思いますが、検査の際に気づいた方はいらっしゃいますか？気球があることはわかっている、私は視力が悪いため、対向車を見つけることができませんでした。本を読んでいくためにも視力の維持は大切です。人間ドックを受けるたびに「健康が一番」と改めて感じ、毎年反省させられています。



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  
【くまもとさんぽセンター】

〒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

