



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>

延期開催について

<https://kumamotos.johas.go.jp/contents/news/20211117152250.html>

【オンライン研修】※日本医師会認定産業医生涯研修対象ではございません。

＜＜■■■■■12月の予定■■■■■＞＞

日 時:12月7日(火)14:00～15:30

研修テーマ:職場のハラスメント対策について

講 師:熊本労働局 雇用環境・均等室

日 時:12月13日(月)14:00～15:30

研修テーマ:メンタルヘルス不全による休業者の職場復帰支援  
～リワークを活用した復職～

講 師:加藤識恵

日 時:12月15日(水)14:00～16:00

研修テーマ:「食」から始める生活習慣病予防対策

講 師:藤井しのぶ

日 時:12月20日(月)14:00～16:00

研修テーマ:職場の作業環境測定的重要性と快適な職場環境の維持管理

講 師:岩男周二

＜＜■■■■■令和4年1月の予定■■■■■＞＞

日 時:1月13日(木)14:00～16:00

研修テーマ:生活習慣病の重症化を防ぐために事業場としてできること

講 師:宮崎博喜

日 時:1月26日(水)14:00～15:30

研修テーマ:椅子を使ったリフレッシュ体操

講 師:山下亮

日 時:1月28日(金)14:00～15:30

研修テーマ:真の働き方改革!

～ノーマライゼーションな職場のつくり方～

講 師:堀口真愛

【集合研修】会場は、熊本産業保健総合支援センターです。

※日本医師会認定産業医生涯研修対象ではございません。

＜■■■■■12月の予定■■■■■＞

日 時:12月2日(木)14:00～15:30

研修テーマ:作業環境測定結果を有効に活用するために

～作業環境測定の基礎知識から職場環境改善まで～

講 師:田口信康

＜■■■■■令和4年1月の予定■■■■■＞

---

日 時:1月14日(金)14:00~16:00  
研修テーマ:心の健康問題により休業した労働者の職場復帰支援対策  
講 師:岡田修治

---

【産業医研修】  
※日本医師会認定産業医生涯研修対象の研修として現在申請中です。  
※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。

---

<<■■■■■12月の予定■■■■■>>

---

日 時:12月3日(金)14:00~16:00  
会 場:センター会議室  
研修テーマ:産業保健活動の実際 【産医単位:専門2】  
講 師:成田彩

---

日 時:12月10日(金)18:30~20:30  
会 場:センター会議室  
研修テーマ:動機づけ面接をもっと学ぼう(応用編)  
【産医単位:実地2】  
講 師:倉本剛史

---

日 時:12月17日(金)18:30~20:30  
会 場:センター会議室  
研修テーマ:非感染性疾患(NCD)の予防ーがん、循環器疾患、糖尿病、COPDー【産医単位:専門2】  
講 師:大森久光

---

<<■■■■■令和4年1月の予定■■■■■>>

---

日 時:1月17日(月)18:30~20:30  
会 場:熊本市医師会館  
研修テーマ:  
①メンタルヘルス不調者への職場復帰支援の進め方について  
【産医単位:実地1】  
②ストレスチェックの集団分析を職場環境改善に活かすために  
【産医単位:専門1】  
講 師:センター職員

---

日 時:1月19日(水)14:00~16:00  
会 場:センター会議室  
研修テーマ:  
アサーション技法を使ったスムーズなコミュニケーションについて  
【産医単位:専門2】  
講 師:森田裕子

---

日 時:1月20日(木)18:30~20:30  
会 場:玉名市民会館会議棟 第2会議室  
研修テーマ:  
①メンタルヘルス不調者への職場復帰支援の進め方について  
【産医単位:実地1】  
②ストレスチェックの集団分析を職場環境改善に活かすために  
【産医単位:専門1】  
講 師:センター職員

---

日 時:1月22日(土)14:00~16:00  
会 場:熊本県医師会 大ホール  
研修テーマ:  
産業医必見!職場における依存症対策【産医単位:専門2】  
講 師:富田正徳、松永哲夫

---

日 時:1月25日(火)18:30~20:30  
会 場:菊池郡市医師会館  
研修テーマ:  
①メンタルヘルス不調者への職場復帰支援の進め方について  
【産医単位:実地1】  
②ストレスチェックの集団分析を職場環境改善に活かすために  
【産医単位:専門1】  
講 師:センター職員

---

日 時:1月27日(木)18:30~20:30  
会 場:八代市医師会館  
研修テーマ:  
①メンタルヘルス不調者への職場復帰支援の進め方について  
【産医単位:実地1】  
②ストレスチェックの集団分析を職場環境改善に活かすために  
【産医単位:専門1】  
講 師:センター職員

---

◇ いろいろなお知らせ

1. 「令和2年度事業場における保健師・看護師の活動実態に関する調査報告書」を掲載しました。  
独立行政法人 労働者健康安全機構のホームページに、「令和2年度事業場における保健師・看護師の活動実態に関する調査報告書」を掲載しました。  
<https://kumamotos.johas.go.jp/contents/news/20211115084320.html>
2. 「第14回じん肺診断技術研修」の開催について  
独立行政法人労働者健康安全機構では、じん肺健康診断に従事する医師として必要な法制度の知識及び専門技術を修得することを目的として、「第14回じん肺診断技術研修」を開催いたします。  
<https://kumamotos.johas.go.jp/contents/news/20211115110425.html>
3. 「令和3年豪雨災害被災者のための心と健康の相談ダイヤル」  
「令和3年豪雨災害被災者のための心と健康の相談ダイヤル」開設  
(独)労働者健康安全機構では、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3年豪雨災害被災者のための心と健康の相談ダイヤル」を設置します。  
<https://kumamotos.johas.go.jp/contents/news/20210817084319.html>
4. 令和3年度版産業保健関係助成金  
「事業場における労働者の健康保持増進計画助成金」を公開しました。  
職場における労働者の健康管理等のために、ぜひご活用ください。  
【労働者健康安全機構】

<https://kumamotos.johas.go.jp/contents/news/20210618165342.html>

5. 地域産業保健センターのご案内（全て無料です）  
【熊本産業保健総合支援センター】

<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

6. 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>

◇  
主な行政の動き

【厚生労働省】

1. 職場での転倒災害を予防するための取組について

<https://kumamotos.johas.go.jp/contents/news/20211101132220.html>

2. 事務所その他の作業場における衛生基準を見直します

厚生労働省は、令和3年10月11日「事務所衛生基準規則及び労働安全衛生規則の一部を改正する省令案要綱」の答申を踏まえて、令和3年12月上旬（照度基準については、令和4年12月1日）の施行に向け、速やかに省令の改正作業を進めます。

<https://kumamotos.johas.go.jp/contents/news/20211119090346.html>

3. 12月は「職場のハラスメント撲滅月間」です

厚生労働省では、12月を「職場のハラスメント撲滅月間」と定め、ハラスメントのない職場環境をつくる気運を盛り上げるため、集中的な広

報・啓発活動を実施します。

<https://kumamotos.johas.go.jp/contents/news/20211126101121.html>

4. がんの早期発見のために受診勧奨を進めます  
～2020年は新規にがんと診断された件数が減少～

<https://kumamotos.johas.go.jp/contents/news/20211126102022.html>

#### 【熊本労働局】

1. 職場におけるハラスメントの防止対策・一般事業主行動計画（女性活躍推進法）等に関するオンライン説明会のご案内

厚生労働省 熊本労働局雇用環境・均等室では、ハラスメント防止措置、女性活躍推進法に基づく一般事業主行動計画作成の対象企業の拡大に伴い、改正に関する事業主向けのオンライン説明会を行っています。

<https://kumamotos.johas.go.jp/contents/news/20211125130816.html>

#### 【熊本市こころの健康センター】

1. 「コロナ禍における心のケア講演会」のご案内

熊本市こころの健康センター主催で、「コロナ禍における心のケア講演会」が開催されます。

「コロナ禍が引き起こす 心の不調との向き合い方」

講師：ヘルスプロモーション推進センター（オフィスいわむろ）  
代表 岩室紳也 氏

日時：令和3年12月15日（水） 午後1時30分～4時30分（受付1時～）

場所：市民会館シアーズホーム夢ホール大会議室（熊本市市民会館）  
熊本市中央区桜町1番3号

<https://kumamotos.johas.go.jp/contents/news/20211115152243.html>



#### 労災疾病等医学研究普及サイトの御案内

「メタボローム」、「令和3年度両立支援コーディネーター基礎研修」

当機構では、労働災害の発生状況や行政のニーズを踏まえ、労災補償政策上重要なテーマや新たな政策課題について、時宜に応じた研究に取り組んでおり、3領域10テーマの労災疾病等医学研究・開発に取り組んでいます。「労災疾病等医学研究普及サイト」には、各研究テーマの研究計画の概要を掲載していますので、ぜひご覧ください。

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

今回はその中で「メタボローム」と「令和3年度両立支援コーディネーター基礎研修」についてのご紹介です。

#### ・「メタボローム」

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」の呼称で

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の診断方法確立を目的に、研究を行っています。

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

・「令和3年度両立支援コーディネーター基礎研修」  
（独）労働者健康安全機構では、働く人々の治療と仕事の両立に向け、支援対象者（患者＝労働者）、主治医、会社・産業医などのコミュニケーションが円滑に行われるよう支援する「両立支援コーディネーター」を養成するための研修事業を行っており、令和2年度までに累計で7,531人のコーディネーターを養成しています。

令和2年度からは、新型コロナウイルス感染症対策のため、集合形式からオンライン形式の研修に変更して実施しており、オンライン研修では、事前に動画配信研修（10日程度の期間中の、任意の時間で視聴可）を受講した後、特定の「WEBライブ講習」開催日にリアルタイムでの研修（演習を含む。）を受講する形式としています。

今年度は全9回の研修を予定しています。第1～7回の応募は既に締め切っていますが、第8、9回の応募期間が12月20日から始まります。

なお、事例検討を中心としたグループワーク型研修を行う「両立支援コーディネーター応用研修」については、新型コロナウイルス感染症拡大の影響を考慮し、令和2年度以降中止としておりますが、全国の産業保健総合支援センターにおいて、各地域の両立支援コーディネーター基礎研修修了者を対象に、実際の支援事例について意見交換を行う「事例検討会」を実施していく予定です。  
事例検討会の詳細は、お近くの産業保健総合支援センターにお問い合わせください。

■両立支援コーディネーター基礎研修に関することはこちら

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

■令和3年度両立支援コーディネーター基礎研修開催日程はこちら

<https://www.johas.go.jp/ryoritsumodel/tabid/1968/Default.aspx>

## ◇ コラム「健康診断」

先日、毎年受診する医療機関に健康診断の予約をしました。（当センターは各自で受診）

この数年、徐々に体重が増え、気になる数値がちらほらと…。毎年、予約と同時に減量のため、歩くようにしていましたが、そう簡単に体重は落ちません。が、昨年は、はじめて効果がありました。健診日の2週間ほど前に、私の足となる自転車パンクし、古かったのもあり、買い替えることに。ですが、気に入った自転車は納車まで2週間ほどかかるとのこと。毎日使うものなので、待つことにしました。その間は、通勤や買い物も、歩くしかありませんでしたが、特に効果を感じることもなく、健診日を迎えました。

当日朝、バスで健診に向かう予定でしたが、定刻になったのにバスが来ません。不安になって確認するとバス乗り場を間違えていたことに気がきました。急いでタクシーを探しましたが、見つかりません。とにかく医療機関に向かって歩き始め、20分位歩いたところで、タクシーが見つかり、予約時間に間に合いました。健診日の朝まで歩く事になるとは…。

健診で体重計に乗ったら、前回より2kgほど体重が落ちていました（びっく

り！)。健診後、仮の結果表を見た先生に「今回は、頑張りましたね」とお褒めをいただきました。ただ自転車の納車と同じくして、体重が元に戻ったのは言うまでもありません。しかしながら、前回ウォーキングの効果を実感していますので、今から減量を目指して頑張ろうと思います。

産保センター 職員

◇  
編集後記

全国低層住宅労務安全協議会では、令和3年度安全大会をオンラインにて、開催され、「エイジフレンドリーな現場をつくる」と題した特別講演が行われました。また、「安全標語&ブラック川柳」の対象発表等が行われていますが、その中でも私が印象に残った作品をご紹介します。

大賞「耳痛し 上司の小言 マスク紐」  
入選「高齢化 慣れてしまえば 恒例化」

=====  
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

\*\*\*\*\*