

労働者健康福祉機構 熊本産業保健推進センター  
〒860-0806 熊本市中央区花畑町9番24号 住命熊本ビル3階  
TEL: 096-353-5480 FAX: 096-359-6506  
URL: <http://www.kumamoto-sanpo.jp>  
E-mail: sanpo43@mvd.biglobe.ne.jp  
メンタルヘルス対策支援センター  
TEL: 096-359-9570 FAX: 096-359-9571  
URL: <http://www.kumamoto-sanpo.jp/shien/index.html>  
E-mail: mental-shien43@kumamoto-sanpo.jp

皆さまには、穏やかで健やかに新年をお迎えになられたことと思います。  
今年も、熊本産業保健推進センター、メンタルヘルス対策支援センターでは、産業医、産業保健スタッフの皆さまのお役に立てるよう業務を推進して参ります。どうぞ、よろしくお願ひ致します。

☆ 研修会のご案内

産業保健かわら版〔冬号〕では、当センターが主催する産業保健研修会の中で、『平成24年度 産業保健研修会のご案内』に未掲載のものをお知らせします。

■ 全国健康保険協会 熊本支部と熊本産業保健推進センターによる共催セミナーの開催

「適切な職場支援のための配慮と工夫」と題して、労働者の職場復帰のための事例検討会を開催します。是非、ご参加下さい。

日時：平成25年1月17日（木） 午後1時30分～同4時30分まで  
会場：くまもと県民交流館パレア 第1会議室（熊本市中央区手取本町8番9号）  
講師 保健師・産業カウンセラー 島村 佳子氏  
臨床心理士・キャリアカウンセラー 森川 泰寛氏

募集人数 120名の予定です。  
参加料は、無料です。

お問い合わせは、全国健康保険協会熊本支部（電話：096-340-0260）又は熊本産業保健推進センターへお願いします。

■ 労災疾病等研究と厚生労働省委託事業からの研究成果の発表！

「うつ病等の早期発見と就労支援の取組」というテーマで、講演会を開催します。これは熊本県をはじめ全国6都県で開催される研修会で、職域でのうつ病等の予防・職場復帰について、「ココロブルーと脳ブルー」の著者である（独）労働者健康福祉機構本部ディレクターの小山文彦先生による最新の知見を交えた講演会です。企業、医療機関、行政、その他産業保健関係者の皆さまのご参加をお待ちします。

日時：平成25年1月28日（月） 午後6時30分～同8時30分まで  
会場：くまもと県民交流館パレア 第1会議室（熊本市中央区手取本町8番9号）  
演題：うつ病等の早期発見と就労支援の取組  
講師：独立行政法人労働者健康福祉機構 本部研究ディレクター  
医学博士、精神保健指導医、日本精神神経学会専門医、  
日本職業・災害医学会認定労災補償指導医 小山 文彦氏

参加料は、無料です。  
産業医の先生方は、生涯学習単位 専門2単位が取得できます。  
産業看護師の方は、産業看護部会継続（実力アップコース、IV・3・(1)・(4)）2単位が取得できます。  
メルマガ、ホームページにも掲載しています。

■ 熊本県経営者協会と熊本産業保健推進センターによる共催セミナーの開催

健康診断データはお蔵入りになっていませんか？健康診断後の有所見者に関するフォローアップをどのように取り組むべきか。予防・リスクマネジメントの手法を取り入れながら考えます。

日時：平成25年2月6日（水） 午後2時～午後4時まで  
会場：熊本市国際交流会館 会議室  
対象者：経営者協会会員、産業医・産業保健スタッフ、人事労務担当者等  
研修内容等：『定期健康診断実施後の事業場の取組み方』（健診後の有所見者に対するフォローアップ）～予防・リスクマネジメントの考え方～

申込先：熊本産業保健推進センター 参加料は、無料です。  
(FAX: 096-359-6506・TEL: 096-353-5480・メール: [sanpo43@mvd.biglobe.ne.jp](mailto:sanpo43@mvd.biglobe.ne.jp))

☆ トピックス（はなごよみ「花暦」）

季節の推移を花によって表現する一種のカレンダー。

各月の季節感や習俗にもかかわりが深く、花の種類の組合せに土地柄がよく表わされると言われます。そもそも花暦は古くは中国で始まり、植物の成長と枯死とに1年の周期を見た中国では農事暦として作成され、干支に使用された漢字にも影響を与えるなど自然歴としての意味も込められていました。

現在の12ヶ月に特別な花を配する狭義の花暦は、清（中国の王朝：1644年から1912年）代に翁長祚等によって世に流布して日本に輸入され、平賀源内などにより研究普及されました。

日本でも万葉集に七草が詠われている例があるように、植物と季節との関係は早くから注目されていましたが、清の花暦が伝来した江戸期以降は、これが身近な季節の指標として装飾美術や盛花に利用され、花札のような遊び道具（賭博の道具にも使用された）、貝原好古編、同益軒補になる〔日本歳時記〕などに典拠した俳諧の季語、季題にも広く取り入れられ、庶民の季節感を醸成する素材となったとされています。

西洋でも近代以前は、農事暦や時禱書（キリスト教徒としての信仰、礼拝の手引きとして編集したもの）が使用され、その一部に花暦に近いものも活用されていたが、19世紀以後植物学の一分野として季節学が（花暦学ともいう）が成立してからは、植物の発芽・開花・結実と気候・季節の関連が科学的に探求され、明治期に日本へも紹介されています。毎年発表されるソメイヨシノの開花予想は、その成果の一端で、新しい花暦と言えましょう。

ちなみに、新年1月の花は白または薄いピンクの花びらの梅と黄色い花の福寿草です。  
(出典：平凡社「世界大百科事典」より)

はなごよみ「花暦」 Flower Calendar

月	中国(清代)	日本(江戸)	日本(現在)	
			花木	草本
1月/睦月(むつき)	梅(うめ)	松(まつ)	梅(うめ)	福寿草(ふくじゅそう)
2月/如月(きさらぎ)	桃(もも)	梅(うめ)	椿(つばき)	水仙(すいせん)
3月/弥生(やよい)	牡丹(ぼたん)	桜(さくら)	桃(もも)	菜の花(なのはな)
4月/卯月(うづき)	桜(さくら)	藤(ふじ)	桜(さくら)	チューリップ
5月/皐月(さつき)	木蓮(もくれん)	菖蒲(あやめ)	藤(ふじ)	カーネーション
6月/水無月(みなづき)	石榴(ざくろ)	牡丹(ぼたん)	紫陽花(あじさい)	花菖蒲(はなしょうぶ)
7月/文月(ふみづき)	睡蓮(すいれん)	萩(はぎ)	山梔子(くちなし)	百合(ゆり)
8月/葉月(はづき)	梨(なし)	薄(すすき)	百日紅(さるすべり)	朝顔(あさがお)
9月/長月(ながつき)	葵(あおい)	菊(きく)	萩(はぎ)	彼岸花(ひがんばな)
10月/神無月(かんなづき)	菊(きく)	紅葉(もみじ)	木犀(もくせい)	秋桜(コスモス)
11月/霜月(しもつき)	山梔子(くちなし)	柳(やなぎ)	山茶花(さざんか)	菊(きく)
12月/師走(しわす)	芥子(けし)	桐(きり)	枇杷(びわ)	石菖(つわぶき)

裏面に続く！

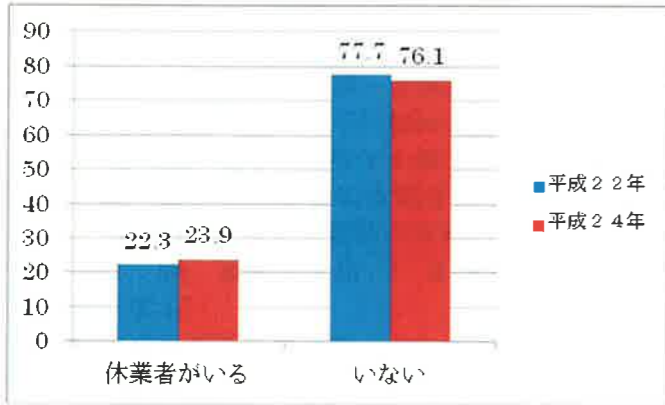


☆ 情報「職場のメンタルヘルス対策の取組状況について」〔熊本労働局 健康安全課〕

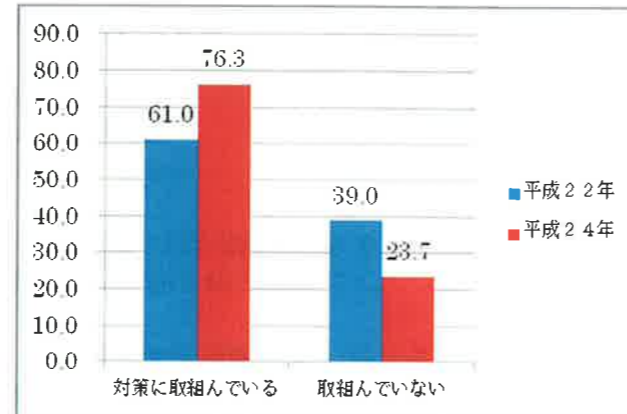
熊本労働局では、「当面のメンタルヘルス対策推進計画」（平成22年度から同24年度までの3カ年計画）の最終年度に当たる平成24年8月から9月にかけて、熊本県内の労働者100人以上規模の事業場を対象として、職場におけるメンタルヘルス対策についての自主点検を実施（調査対象675社、うち595社から回答。回答率88.1%）し、調査結果を取りまとめ公表しました。

その結果、平成22年の調査結果に比べて事業場の取組が着実に進んでいるものの、一方では依然としてメンタルヘルス不調のいる事業場の割合が高いことから、同局では更なる対策の必要性に関する周知啓発を行うとともに、職場復帰支援に取り組む事業場の割合を高めていくこととしています。

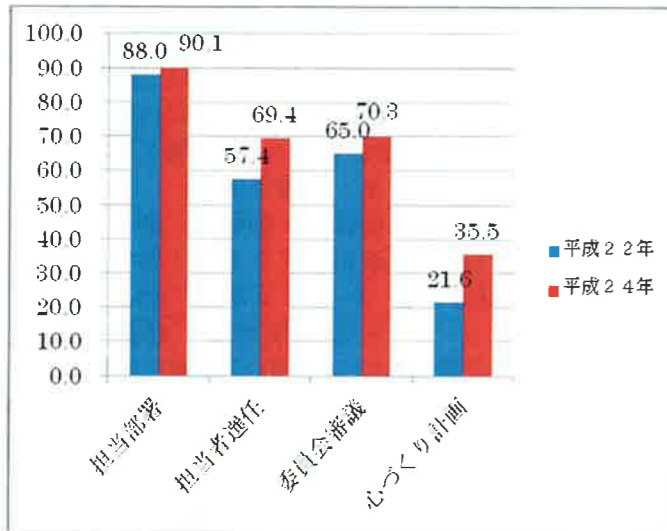
グラフ1 メンタルヘルス不調による休業者の労働者の現状



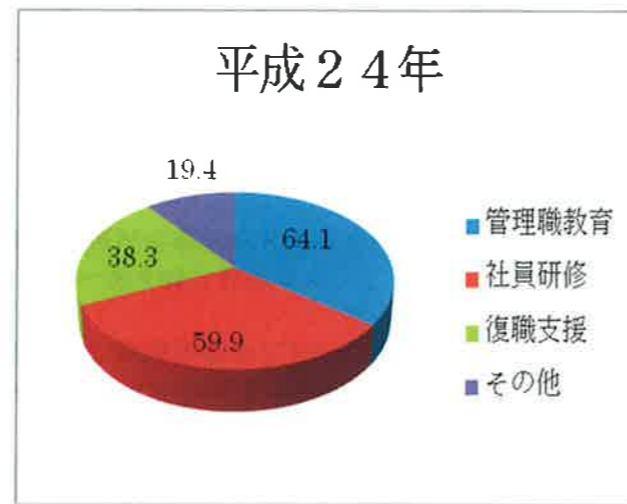
グラフ2 メンタルヘルス対策への取組状況



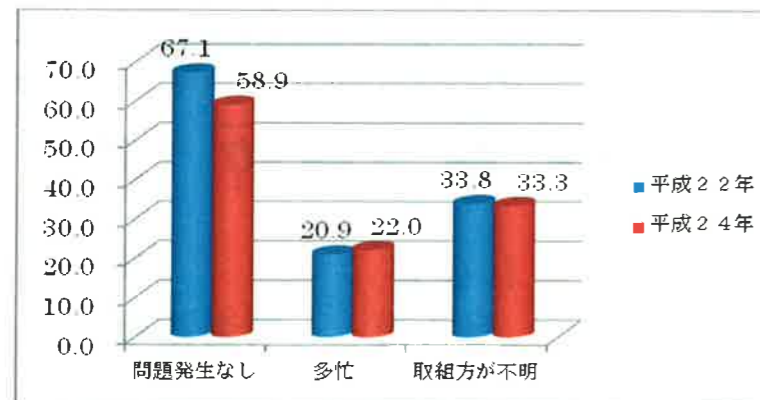
グラフ3 メンタルヘルス対策の体制整備状況



グラフ4 具体的な取組内容

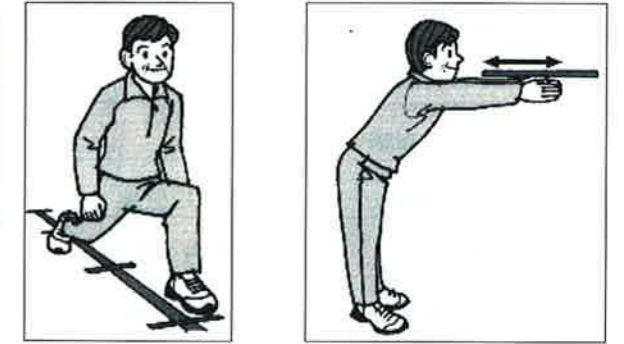


グラフ5 メンタルヘルスに取り組んでいない具体的な理由



# ご存知ですか？「転倒予防測定」

複雑な道具を使わず、簡単な5種目の測定と、9項目の質問票（意識調査）をしていただくだけで、あなたの「転倒予防」に関する評価ができます。



参照：「転びの予防と簡単エクササイズ」  
中央労働災害防止協会

中央労働災害防止協会では、厚生労働省の委託を受け、「高齢労働者におけるリスク低減の為の措置」として、「転倒予防測定」をおこなっています。

今年から、「熊本THP健康づくり協議会」加入の医療機関でも実施出来るようになりました。

「最近、転倒事故が増えた」「50歳以上の社員が増えて安全対策が心配」「腰痛を訴える社員が多い」などお悩みを抱えておられる事業所の皆様、是非一度お試しください。

費用は有料となります。必ず講話と測定（実技）のセットで実施します。

詳細は、「熊本THP健康づくり協議会」事務局へお尋ね下さい。

## 転倒予防測定項目（5種）

- ① 2ステップ（最大2歩幅）歩行能力
- ② 座位ステッピング（20秒間で何回、脚を開閉できるか）敏捷性
- ③ ファンクショナルリーチ（立位の姿勢から両腕伸ばし）動的バランス
- ④ 閉眼片足立ち（目を閉じて何秒間片足で立てるか）静的バランス
- ⑤ 開眼片足立ち（目を開けて何秒間片足で立てるか）静的バランス

お問い合わせ： 熊本THP健康づくり協議会 事務局  
(医)潤心会 熊本セントラル病院健診センター Tel 096-293-7939

◆ メンタルヘルス対策支援センターの利用案内  
メンタルヘルス対策支援センター（熊本産業保健推進センター）では、メンタルヘルス不調の予防から職場復帰支援までの対策全般についての相談・問い合わせ・管理監督者研修。また、事業場を訪問してのメンタルヘルス対策の導入や実施について専門家がアドバイスします。  
お申し込みは、熊本産業保健推進センターのホームページ、電話、FAX等をご利用ください。

◆ 熊本産業保健推進センターからのお知らせ  
産業保健に関する相談を受け付けております。また、研修会の開催、図書・作業環境測定機器の閲覧や貸出も行っています。ご利用をお待ちします。個人情報保護を最優先に秘密は厳守します。  
メルマガは毎月発行。産業保健かわら版及び産業保健21は季刊発行です。情報提供のための「メールアドレス」の登録をお願いします。

ホームページのご案内

URL <http://www.kumamoto-sanpo.jp/>