

———— 2007/9/6 ————
《「産業保健おいた」メルマガ版(HTML)》
第 33 号

I N D E X

- ◆ TOPICS
平成 19 年度健康増進普及月間実施について(厚生労働省)

- ◆ 今月の Key Word
【森林浴とコルチゾール、ナチュラルキラー細胞】

- ◆ 労働衛生事例
有機溶剤による中毒等
・トリクロロエチレン
・ジクロロメタン

- ◆ 新着パンフレットのご案内

- ◆ 研修・セミナーのご案内(9 月・10 月)

- ◆ 所長からのメッセージ

◆◆ TOPICS ◆◆

平成19年度健康増進普及月間実施について(厚生労働省)

1. 名称

平成19年度健康増進普及月間

2. 趣旨

平均寿命の著しい伸長にみられるように、近年の国民の健康水準の向上には目覚ましいものがあるが、一方において、人口の高齢化、社会生活環境の急激な変化等に伴って、糖尿病、がん、心臓病、脳卒中等に代表される生活習慣病の増加等が大きな問題となっている。

生活習慣病は日常生活のあり方と深く関連しており、国民の健康の保持・増進を図るためには、運動習慣の定着や食生活の改善といった健康的な生活習慣の確立が重要である。

このため、生活習慣病の特性や運動・食事・禁煙など個人の生活習慣の改善の重要性についての国民一人一人の理解を深め、さらにその健康づくりの実践を促進するため、平成19年9月1日(土)から30日(日)までの1か月間を健康増進普及月間とし、種々の行事等を全国的に実施するものである。(後略)

<http://www.mhlw.go.jp/topics/2007/07/tp0731-1.html>

(厚生労働省ホームページ)

◆◆ 今月の Key Word ◆◆

森林浴とコルチゾール、ナチュラルキラー細胞

「……前略……森林浴の効果とは感覚的には、ヒトが直接浴びる、日本で言うフィトンチッドの効果だけではなく、緑を見、木漏れ日の美しさを感じ、木々の葉が大気汚染物質を吸収・吸着し、森林が脱臭・消臭・芳香発散して作られる清涼な大気を吸う心地よさなど、総合的な効果からくる爽快感です。それを科学的に捉えようと、被験者を使って身体機能、脳の変化を測定した結果、解明されたのが「ストレスの低減」(図—1)(省略)と「NK細胞の増加と活性化」(図—2—)(省略)、その他でした。特に“ストレス”の低減については、図—1(省略)のデータは血中のコルチゾール(ストレスホルモン)を計測し低減を示唆しています……後略……」

「労働の科学」62巻8号 2007より1部抜粋

◆◆ 労働衛生事例 ◆◆

労働衛生事例(2例—平成17年—)

有機溶剤による中毒等

例1. トリクロロエチレン

【業種】

金属製品製造業

【発生月】

9月

【被災者数】

中毒 2名

【発生状況】

トリクロロエチレン蒸気浴洗浄装置が故障したため、被災者らが当該装置が設置されているピット内にて修理作業を行っている際に、トリクロロエチレン蒸気を吸入した。

ピット内は1.3㎡の開口部しかなく、換気が不十分な状態にあった。

また、被災者らは呼吸用保護具を着用していなかった。

【発生原因等】

- ・換気不十分
 - ・呼吸用保護具未着用
 - ・危険有害性の認識不足
-

例2. ジクロロメタン

【業種】

派遣業

【発生月】

9月

【被災者数】

中毒 1名

【発生状況】

=====
■産業看護職等研修

時間:14:00～16:00

会場:大分産業保健推進センター会議室
=====

▼10月22日(月)

「産業看護職のためのメンタルヘルス」 江崎 フサ子(基幹相談員)

=====
■衛生管理者等研修
=====

▽9月7日(金)

時間:14:00～16:00

会場:大分産業保健推進センター会議室

「衛生委員会を効果的に運営するには」～なぜ活性化しないか、その問題点と対応～

吉良 一樹(基幹相談員)

▽9月18日(火)

時間:14:00～16:00

会場:大分産業保健推進センター会議室

「脳心臓疾患における労災認定事例」 和田 秀隆(特別相談員)

▽9月20日(木)

時間:14:00～16:00

会場:大分産業保健推進センター会議室

「職場におけるインフルエンザ対策」 細川 隆文(基幹相談員)

★10月3日(水) 10:00～12:00

会場:[南日本造船\(株\)](#) (臼杵市)

★10月3日(水) 15:00～17:00

会場:[臼杵造船所\(株\)](#) (臼杵市)

★10月4日(木) 10:00～12:00

会場:[本田重工業\(株\)](#) (佐伯市)

★10月4日(木) 15:00～17:00

会場:[\(株\)三浦造船所](#) (佐伯市)

★10月5日(金) 10:00～12:00

会場:[佐伯重工業\(株\)](#) (佐伯市)

★「防じんマスクの適正な選び方・有効な使い方」～事業場において、粉じん作業で着用したマスクについて点検を行い、着用の方法と保守管理の方法を実習する～

木村 菊二(特別相談員)・田吹 光司郎(基幹相談員)

▼10月17日(水)

時間:14:00～16:00

会場:大分産業保健推進センター会議室

「安全(健康)配慮義務を考える」・田吹 好美(基幹相談員)

▼10月30日(火)

時間: 14:00~16:00

会場: 大分産業保健推進センター会議室

「健康情報の保護」 油布 文枝(基幹相談員)

■カウンセリング研修

時間: 18:30~20:30

▽9月11日(火)

会場: 大分産業保健推進センター会議室

「事例検討」 渡嘉敷 新典(基幹相談員)

▼10月9日(火)

会場: 大分県消費生活・男女共同参画プラザ「アイネス」2階 大会議室

「積極的傾聴」～グループワーク～ 渡嘉敷 新典(基幹相談員)・佐用 禎子(特別相談員)

◎ いずれの研修も、ホームページからお申し込みいただけます ◎

↓↓↓

http://www.oita-sanpo.jp/H19_training/H19top.htm

◆◆ 所長からのメッセージ ◆◆

森へ行こう！山や草原を歩こう！

農村に生まれ、山や川を遊び場所にヤギやウサギを友として育った人には、何をいまさらという感があるかもしれない。

最近の研究で、森林には癒しや安らぎの効果のみならず、がん細胞を攻撃する働きのあることが知られているナチュラル・キラー細胞を増やす効果もあることが分かってきた。

森は、川や海の動物たちの生命の源であるとともに、獣たちや鳥類のみならず多くの生命の宿る場所として、今日まで生命を育て育む役割を果たしてきた。そのような森林は、人類生誕のその時から我々人間の遺伝子の奥深くに自然回帰本能を組み込んでいたに違いない。

都市は、人間の営みによって作られてきた。その歴史は、我が国ではせいぜい数百年にすぎない。光と騒音に24時間曝されている都市は、本来の人間の住む場所であるのだろうか。

森や山の囁きを求めて、森へ行こう、山や草原を歩こう！心と体の健康のために！！

大分産業保健推進センター 所長 三角 順一

メールアドレスの変更、配信停止、ご意見・ご感想は、info@oita-sanpo.jp までお願いします。

皆様のご意見をお待ちいたしております。

・今月も最後までお読みいただきまして、ありがとうございました・

発行: 独立行政法人 労働者健康福祉機構

大分産業保健推進センター

<http://www.oita-sanpo.jp/>