

INDEX

◆ 所長からのメッセージ ◆

労働密度の濃い変化に富んだ3月を皆で力を合わせて乗り越えましょう

◆ TOPICS ◆

《法令改正等》

《関係通達等》

《関係厚生労働省発表等》

《その他》

◆ 相談員の窓 ◆

労働災害死傷事故と心的外傷後ストレス障害

◆ 職業性疾病発生事例 ◆

例 1 有機溶剤による中毒等

例 2 一酸化炭素による中毒等

◆ 新着情報 ◆

新着定期刊行物

◆ 研修・セミナーのご案内 (3月)

◆◇+.....+◇◆

◆ 所長からのメッセージ ◆

労働密度の濃い変化に富んだ3月を皆で力を合わせて乗り越えましょう

大分産業保健推進センター所長

三角 順一

3月は、弥生とも言いますが、弥生の意味は、辞書には「草木がますます生い茂ること」を意味すると書かれております。

3月は、自然界では、そのように春に向けて気温の上昇とともに、草木は芽吹きあるものは、花を咲かせ、小鳥たちは待っていたとばかりに、さえずりを始めます。人々も春を求めて外に出るようになってきます。子供たちは、卒業と進学・就職で夢と希望に満ちた新たな出発に胸を膨らませる時期でもあります。

一方、企業、官公庁や自治体では、年度末で締め切りの報告書作りに追われたり、退職、転勤、配置転換に備えて、資料の整理、引き継ぎの準備に追われる時期でもあります。

これらの仕事は、予想外に時間のかかる作業であり、時間外労働を余儀なくされる可能性があります。早めに準備を進めることは、もとより大事ですが、一人で仕事を背負い込まず、どうしてもできそうにない時には、早めに上司に率直な相談を持ちかけることが、重要です。

一人で無理をしていて間に合わなくなると結局は、最後に上司に迷惑をかけることになってしまいます。

所属長や各部署の責任ある立場の方々には、目配り気配りをし、部下の仕事の進み具合にそれとなく探りを入れることを怠ってはなりません。最後は自らの責任が問われることになるのですから。

希望に満ちた春は、人々の気持ちや苦勞とは、無縁であるかのごとく私たちのそば

で、桜や菜の花を咲かせ、チョウチョウやミツバチの活動、小鳥のさえずりと共に、足早に通り過ぎていきます。

自然界のこのような希望に満ちた現象と一気に押し寄せる過重労働や身分や地位の変化のミスマッチの大きさは、働く人々により強い精神的並びに肉体的負担を掛けることになってしまいます。3月は、うつ状態や休職、更には、自殺などが増加する時期であると言われております。

メンタル面での健康を確保するために、全ての労働者が、睡眠を最低6時間以上確保するよう本人も、職場も努めて頂きたいと思えます。

以上のようなミスマッチは、他人事ではなくいつでも自らに降りかかってくる可能性のある出来事です。皆で助け合い、支えあえる職場作り、雰囲気作りが、今どこの職場でも求められているように思います。

夢と希望に満ちた活力溢れる新年度を迎えるために、密度の濃い変化に富んだ3月を皆で乗り越えようではありませんか。

◆◇+.....+◇◆

◆ TOPICS ◆

《法令改正等》

【労働安全衛生規則の一部を改正する省令】

平成22年1月15日付けで労働安全衛生規則の一部を改正する省令（第44条、第44条の2、第45条、第45条の2等の改正）及び関係告示が公布されました。

なお、施行は平成22年4月1日です。（厚生労働省安全衛生部労働衛生課）

<http://www.jaish.gr.jp/anzen/hor/hombun/hor1-2/hor1-2-197-1-0.htm>

<http://www.jaish.gr.jp/anzen/hor/hombun/hor1-2/hor1-2-196-1-0.htm>

<http://www.jaish.gr.jp/anzen/hor/hombun/hor1-2/hor1-2-198-1-0.htm>

<http://www.jaish.gr.jp/anzen/hor/hombun/hor1-2/hor1-2-199-1-0.htm>

《関係通達等》

【労働安全衛生規則の一部を改正する省令及び労働安全衛生規則第四十四条第三項の規定に基づき厚生労働大臣が定める基準の一部を改正する件等の施行等について】

平成22年1月25日付けで厚生労働省労働基準局長より基発0125第1号「労働安全衛生規則の一部を改正する省令及び労働安全衛生規則第四十四条第三項の規定に基づき厚生労働大臣が定める基準の一部を改正する件等の施行等について」が発出されました。（厚生労働省安全衛生部労働衛生課）

<http://www.jaish.gr.jp/anzen/hor/hombun/hor1-51/hor1-51-2-1-0.htm>

【定期健康診断における胸部エックス線検査等の対象者の見直しについて】

平成22年1月25日付けで厚生労働省労働基準局安全衛生部労働衛生課長より基安発0125第3号「定期健康診断における胸部エックス線検査等の対象者の見直しについて」が発出されました。（厚生労働省安全衛生部労働衛生課）

<http://www.jaish.gr.jp/anzen/hor/hombun/hor1-51/hor1-51-3-1-0.htm>

《関係厚生労働省発表等》

【石綿含有製品等の製造、輸入、譲渡、提供又は使用の禁止の徹底について】

2月12日に厚生労働省安全衛生部化学物質対策課より「石綿含有製品等の製造、輸入、譲渡、提供又は使用の禁止の徹底について～関係事業者団体に改めて要請～」が発表されました。（厚生労働省安全衛生部化学物質対策課）

<http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/2r98520000004ass.html>

【労働基準法施行規則の一部を改正する省令案要綱の諮問について】

2月18日に厚生労働省労働基準局労災補償部より「労働政策審議会に対する「労働基準法施行規則の一部を改正する省令案要綱」の諮問について」が発表されました。内容は業務上の疾病の範囲の改正関係です。（厚生労働省労災補償部）

<http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/2r9852000004f5x.html>

【労働安全衛生法に基づく定期健康診断における胸部エックス線検査等の対象者の見直しに関する改正について】

厚生労働省より「労働安全衛生法に基づく定期健康診断における胸部エックス線検査等の対象者の見直しに関する改正について」のリーフレットが公開されています。（厚生労働省安全衛生部労働衛生課）

<http://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/anzen/1001-1.html>

【労働者死傷病報告の様式改正について】

厚生労働省より「労働者死傷病報告の様式改正について」のリーフレットが公開されています。（厚生労働省安全衛生部安全課）

<http://www.mhlw.go.jp/bunya/roudouki jun/anzeneisei29/01.html>

【石綿による疾病の認定基準】

厚生労働省より「石綿による疾病の認定基準」のリーフレットが公開されています。（厚生労働省労災補償部補償課）

<http://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/rousai/061013-4.html>

《その他》

【新型インフルエンザ対策】

次のホームページで新型インフルエンザ対策に関する最新情報が提供されていますのでご参照下さい。

- 厚生労働省ホームページ（新型インフルエンザ対策関係）（厚生労働省健康局結核感染症課）

<http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekkaku-kansenshou04/index.html>

- 海外勤務健康管理センターホームページ（労働者健康福祉機構海外勤務健康管理センター）

<http://www.johac.rofuku.go.jp/>

【いのちを守る自殺対策緊急プラン及び自殺対策強化月間】

平成22年2月5日に自殺総合対策会議において「いのちを守る自殺対策緊急プラン」が決定されました。

なお、同プランにより、月別自殺者数の最も多い3月を「自殺対策強化月間」と定め、重点的に広報啓発活動を展開するとともに、関係施策を強力に推進することとされています。（内閣府共生社会政策統括官）

<http://www8.cao.go.jp/jisatsutaisaku/plan/index.html>

【平成21年自殺者数（暫定値）の公表】

警察庁より平成21年の自殺者数（暫定値）が公表されました。（警察庁）

http://www.npa.go.jp/safetylife/seianki/220226_tsukibetsujisatsusya.pdf

【第21回「職場における健康診断推進運動」の実施について】

中央労働災害防止協会及び（社）全国労働衛生団体連合会の主催により、2月1日から2月末日までの間、第21回職場における健康診断推進運動が実施されています。（中央労働災害防止協会）

<http://www.jisha.or.jp/notice/20100129.html>

◆◇+.....+◇◆

◆ 相談員の窓 ◆

労働災害死傷事故と心的外傷後ストレス障害

産業保健（基幹）相談員

渡嘉敷 新典（シニア産業カウンセラー）

労働災害死傷事故から発症することがある心的外傷後ストレス障害について、保健衛生的視点から記述する。

心的外傷後ストレス障害（PTSD）は、その名とおり「何らかの出来事のストレス体験」をすることで「心が傷つく＝心的外傷（トラウマ）」。その「心的外傷体験の後」になってから「ストレス反応としての身体、精神及び社会的な機能障害を認める」心の病気である。

何らかの出来事のストレスとは、労働災害死傷事故、交通事故及び火災等の人災、地震、水害及び台風等の自然災害、自殺、殺人、戦争、テロ、強盗、DV、強姦及びいじめやパワハラ等の人間関係の事件等がある。

これらの人災事故、自然災害及び事件等は、誰でも遭遇することがある出来事でもある。

これらの出来事は、人の生命や人格の尊厳に直接重大な影響を及ぼす。いいかえると、私達は、自分をはじめ他人の生命の危機に遭遇した時、自ら死ぬ思いの体験をした時、人の事故死や災害死の場面（遺体の目撃等を含め）に遭遇した時、そして、自らの人格の尊厳を否定される体験をすることで心に傷を受けることがある。

事故、自然災害及び事件に遭遇した直後は、「頭が真っ白になる」「何が起きたか理解できない」「これは夢の出来事だ」という驚き、恐怖、身体の震え及び思考の混乱を体験することがある。

そして、その後に急性ストレス障害（ASD）の症状（ストレス反応）が自覚することがある。

その症状には、

- 1 追体験（思い出す・何時もそのことを考えている・悪い夢をみる）
- 2 回避（そのことに関することを考えないようにする・そのことに関係する事や物を避けるようにする）
- 3 過覚醒（興奮する・ドキドキする・急に不安になる・眠れない）

この3つの症状の他に普段にない言動（多弁・寡黙・異常行動）もある。

その症状は、その後、1ヶ月程度で消失して元の状態に回復するのが一般的である。この急性ストレス障害の3つの症状は、PTSDの症状と同じである。症状が出る時期に差異がある。

I E S - R（改訂出来事インパクトスケール）は、PTSDの侵入症状、回避症状、覚醒亢進症状の3症状の22項目と5段階評価（0～4点）から構成されているアンケート調査表である。

PTSD症状の判別に使用されている。

そのI E S - R（改訂出来事インパクトスケール）を心的外傷体験の早い時期（心理的抑圧の固定化されない以前）、つまり、急性ストレス障害の症状が出ている時期に

用いるとその3つの症状（迫体験・回避・過覚醒）を評価できる。

そして、アンケート調査は、心的外傷体験者への以下の保健指導に役立てることができる。

- 1 心的外傷体験者自身で体験した出来事のストレス評価を行うことができる（客観性）
- 2 現在の症状（急性ストレス症状）はごく自然のストレス反応であり、今後消失していくものである（一般化・認知化）
- 3 その後もストレス反応の症状があっても対処法や治療法がある（ストレス対処の動機づけ）

更に、保健衛生的には

- 4 心的外傷体験直後から適時に実施することで経時的変化の把握ができる（フォローアップ）
- 5 心的外傷体験者自身が経時的に症状の軽減と消失を体感できる（自己覚知）
- 6 継続した経過観察は、急性期のPTSDの有所見者の早期発見につながり早期の治療へつなげることができる（早期の医療的介入）

労働災害死傷事故が発生した時の心のケアの流れの一例を紹介する。

- 1 事故発生直後の人命救助及び遺族対応と同時並行的に心のケアを念頭に入れてはじめる。（事業主、人事・安全衛生担当者）
- 2 心のケア対象者の選別（情報収集・1H5W、安全衛生・産業保健スタッフ）
死亡者の遺族、負傷者、事故現場にいた者、事故関係者、救助にあたった者、事故を目撃した者、
- 3 個人への心のケアについての説明、理解及び承諾の取り付け（日頃から啓発教育での普及）
- 4 こころのケアの日程（時間調整）及び対象者別のグルーピング
- 5 I E S - R（改訂出来事インパクトスケール）の説明導入、実施、評価（本人実施）
- 6 集団・個別カウンセリングの実施、その評価とストレス対処の保健指導
- 7 経過観察者の選別とフォローアップ

心的外傷後ストレス障害で苦しむ人の社会的機能改善を図るには社会的サポートが必要不可欠である。心的外傷体験の早期からの心のケア（保健衛生活動）への社会的取り組みの理解と実践は、そのストレス反応の予防とその症状軽減になる。又、早期からの社会的取り組みが社会的適応を促すことにつながるものと考えている。

昨今、産業保健分野で働く人の生命と人権問題に関係した事故、災害及び事件での保護責任、民事責任、刑事責任、安全配慮義務及び業務起因性の責任が事業主や当事者である関係者が問われることが少なくない。

産業保健分野における労働災害死傷事故をはじめ各種災害及び各種事件から受ける労働者の心的外傷体験者への早期のこころのケアへの取り組みとそのストレス状態の評価及び継続した心のケア（フォローアップ）のメンタルヘルス対策（保健衛生活動）についての一案を紹介した。

◆◇+.....+◇◆

◆ 職業性疾病発生事例 ◆

（2例 ー平成20年ー）

例 1

有機溶剤による中毒等

【有害要因】

トリクロルエチレン

【業種】

その他の金属製品製造業

【発生月】

3月

【被災者数】

中毒1名

【発生状況】

脱脂洗浄槽の清掃作業において、洗浄槽からトリクロルエチレンを排出後、槽の汚れを除去するために槽内に入ったところ、洗浄槽からトリクロルエチレン蒸気が完全に排出されていない状態で、呼吸用保護具を使用せずに作業を行ったことから、槽内に残っていたトリクロルエチレン蒸気を吸入し、有機溶剤中毒となった。

【発生原因等】

- ・ 作業標準不徹底
- ・ 呼吸用保護具の未着用
- ・ 安全衛生教育不十分

例 2

一酸化炭素による中毒等

【有害要因】

一酸化炭素

【業種】

その他の事業

【発生月】

3月

【被災者数】

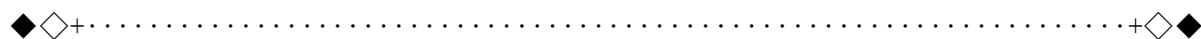
中毒 1名

【発生状況】

給水施設内の給水ポンプの制御盤の修繕作業において、施設内を停電にし、給水ポンプの動力を施設内に設置されたガソリンエンジンの動力に切り替えて作業を行っていたところ、ガソリンエンジンの排気ガスを吸入し、一酸化炭素中毒となった。

【発生原因等】

- ・ 危険有害性の認識不足
- ・ 換気不十分
- ・ 非定常作業の作業標準不徹底



◆ 新着情報 ◆

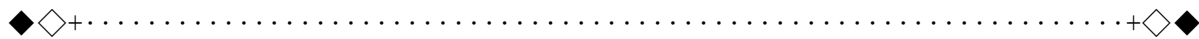
新着定期刊行物

安全衛生のひろば 特集 事務職場の安全衛生チェックポイント

安全と健康 特集 効果的なメンタルヘルス教育

心とからだのオアシス 特集 やめられない不健康習慣 続かない健康習慣

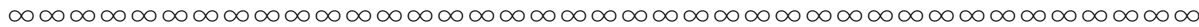
※上記の定期刊行物はセンターでご覧になれます。



◆ 研修・セミナーのご案内 (3月)

日時・会場は変更する場合がございます。

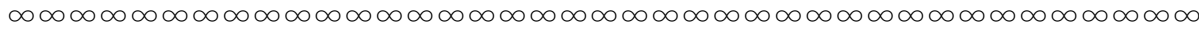
変更はホームページに掲載いたしますので、ご確認ください。



■ 衛生管理者等研修

時間：14：00～16：00

会場：大分産業保健推進センター 会議室



3月11日 (木) 第25回

「職場のインフルエンザ対策」

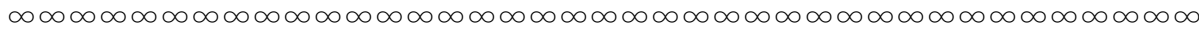
明石 光伸 (大分県厚生連鶴見病院 院長)

衛生管理者・安全衛生担当者・事業主・等研修 (看護職含む) のページ

http://www.oita-sanpo.jp/H21_training/H21_eisei.htm

受講お申し込みはこちらからどうぞ

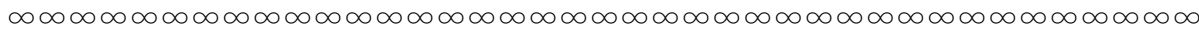
<http://www.oita-sanpo.jp/mail/kenshu.cgi>



■ カウンセリング研修

時間：18：30～20：30

会場：大分産業保健推進センター 会議室



3月 9日 (火) 第12回

「事例検討」

渡嘉敷 新典 (シニア産業カウンセラー)

カウンセリング研修のページ

http://www.oita-sanpo.jp/H21_training/H21_cau.htm

受講お申し込みはこちらからどうぞ

<http://www.oita-sanpo.jp/mail/kenshu.cgi>



※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までお願い致しております。

皆様のご意見をお待ち致しております。

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。



Oita Occupational Health Promotion Center

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

〒870-0046 大分県大分市荷揚町3番1号 第百・みらい信金ビル7階

TEL：097-573-8070 FAX：097-573-8074

<http://www.oita-sanpo.jp/> / E-mail: info@oita-sanpo.jp

