

INDEX

◆ 所長からのメッセージ ◆

メンタルヘルス対策における「思いやり」大作戦の今日的意義

◆ TOPICS ◆

【平成22年度自殺予防週間】

【働く人の電話相談室】

◆ お知らせ ◆

■産業医に対するメンタルヘルス対策等に関する研修

■精神科医に対する産業保健に関する研修

◆ 相談員の窓 ◆

呼吸用保護具の管理方法について

◆ 職業性疾病発生事例 ◆

例1 有機溶剤による中毒等

例2 特定化学物質による中毒等

◆ 研修・セミナーのご案内 (9月・10月) ◆

◆◇+.....+◇◆

◆ 所長からのメッセージ ◆

メンタルヘルス対策における「思いやり」大作戦の今日的意義

大分産業保健推進センター 所長 三角 順一

職場のストレス問題を考えてみるとその背景には、心のゆとりと他者への優しさの欠如が、あるのではないかとされる。

今日、日本社会は、「礼儀と作法」、「思いやり」の欠如により、日本文化と医療経済及び会社経営の面に於いて多大な損失をもたらしている。

職場におけるストレスの要因としては、仕事の質、仕事の量、相互支援、人間関係のまずさ、体調不良、家庭の問題や経済的問題等が、あげられる。

それらによって引き起こされるストレスは、他者への「思いやりの心」を醸成する職場づくりによって、予防できる。

今日の厳しい社会情勢の下では、大変難しい課題であることは承知の上で、敢えて述べさせて頂く訳ですが、この問題に真正面から取り組むことなしには、うつ状態の発生や休職者の問題の解決はあり得ない。

一方、同時に、職場構成員の人的素養の育成、ストレス耐性の強化、ストレス処理能力の向上、心から相談できる人材の確保、何よりも本人の気づき等が重要であることは、言うまでもない。

さて、人間改造と言うと大げさになるが、一人ひとりが、少しでも心の持ちようを変えることで、周囲の人への大きな良い影響を生み出す。もし、心の持ちようを変えるのが無理だと言うのであれば、ちょっとだけ言葉

と態度・行動を変えるだけでもいい。

人間は、成長の過程で他者への思いやりの精神を身に付けて行くことが知られている。

ところが最近、この他者への思いやりを身に付けることなしに、社会に出てしまっている人たちがいる。他人を傷つけたり、他人を嫌な気分させたりしていることに全く気づかず、全く悪意なく人の心に土足で足を踏み込んでいるのである。

例えば、新入社員でありながら、上司に対して、上から目線の口をきいてみたりといった人間関係の立ち位置が全く分かっていない人が、少なからず存在していると言わざるを得ないのである。

そのために、本人の思いとは、裏腹に、いわゆる「生意気」、あるいは、「小生意気」、または、「礼儀知らず」と誤解されてしまう気の毒なケースを少なからず、見聞きするのである。

大方の場合本人は、何も上司に悪いことはしていないと信じているのである。本人なりに全力で一生懸命仕事をしている、または、しているつもりなのである。

勿論、同僚同士、上司と部下、夫婦などのケースも、少なからず見受けられる。

生まれ育った家庭環境や、限られた範囲の先生、先輩、友人との人間関係の中で、培われたものの考え方、立ち振る舞いが、その人にとってすべてである訳だから、感性が、異なることは、止むを得ない事実である。だからこそ、相手を理解し相手の立場に立って、行動することが求められるのではないだろうか。

日常生活の中で直面する仕事の量、困難さ、微妙な人間関係の軋轢から生まれるストレス等は、人には言えない程度のもので、睡眠不足や食欲不振を引き起こす程度のものである。

押し寄せるストレスの強さが、本人の自覚・認識に上ることがなければ、成行きのままに推移して行くことになる。即ち、うつ状態から、うつ病等へと医学的病態像は、病態生理学的変化から、病理組織学的変化へと変異して行くことが、強く想定される。

これに加えて、食生活上の問題と睡眠不足が、付加されてくることは、我々が、しばしば経験するところである。

個個人の幸せと企業文化の向上、生産性の向上と合わせて、ストレス対策のために「礼儀と作法」「思いやり」の今日的意義について、職場で、また家庭で大論争を巻き起こして行くことを、推奨したいと思っているこの頃です。

「暑さ寒さも彼岸まで」気候も徐々に凌ぎ易くなって参りますが、一日の気温の差が、大きくなるので、体調の管理に留意してご活躍をお祈りいたします。

◆◇+.....+◇◆

◆ TOPICS ◆

【平成22年度自殺予防週間】

平成22年9月10日(金)～16日(木)までの間、平成22年度自殺予防週間が実施されます。

(内閣府共生社会政策統括官)

<http://www8.cao.go.jp/jisatsutaisaku/kou-kei/h22/youkou.html>

【働く人の電話相談室】

平成22年9月10日(金)～12日(日)の間、(社)日本産業カウンセラー協会において「働く人の電話相談室」が実施されます。(社)日本産業カウンセラー協会)

<http://www.counselor.or.jp/pdfs/100817b.pdf>

◆◇+.....+◇◆

◆ お知らせ ◆

★★

- ★ ■産業医に対するメンタルヘルス対策等に関する研修 ★
- ★ 対象者:医師 50名程度 ★
- ★ 開催日:10月23日(土)14:30~18:00 ★
- ★ 会場:大分県教育会館 研修室101 ★
- ★ 認定産業医の単位:生涯・更新2.5単位 ★
- ★ 生涯・専門1.0単位 ★

★★

★★

- ★ ■精神科医に対する産業保健に関する研修 ★
- ★ 対象者:精神科・精神神経科・診療内科の医師 10名程度 ★
- ★ 開催日時:10月23日(土)15:00~18:00 ★
- ★ 会場:大分県教育会館 研修室001 ★
- ★ 認定産業医の単位:生涯・専門3単位 ★

★★

◆◇+.....+◇◆

◆ 相談員の窓 ◆

呼吸用保護具の管理方法について

基幹相談員 田吹 光司郎

著しい粉じんの発散するトンネル工事の現場や溶接作業の多い造船作業場においては、作業者は高濃度の鉱物性粉じんや溶接ヒュームに暴露されます。基本的には、発生源対策として密閉化や湿潤化を行ったり、粉じんの場内への拡散を防止するため、局所排気装置、プッシュプル型換気装置もしくは全体換気装置を設置することが必要ですが、トンネル工事現場のように発じん量が多く、かつ換気が困難な場合やアーク溶接などのように発生源が移動して、技術的に防じん対策が十分出来ない場合においては、呼吸用保護具は有効な対策となります。また、労働安全衛生規則においても事業者は「作業者に有効な保護具を用意し使用させなければならない」とし、作業者には「使用を命じられた時は使用しなければならない」として、保護具の着用が義務付けられています。しかし、平成21年度に大分産業保健推進センターが実施した研究調査結果によると、溶接作業者の粉じんの個人暴露濃度は29名中、23名(約80%)が基準値である許容濃度(1mg/m³)を大きく超え、更に半数以上の12名のばく露濃度が10mg/m³を超えていました。この様に高濃度粉じんのばく露を受ける作業をしているにも拘わらず、防じんマスクの漏れ試験(フィッティングテスト)の結果は悪く、漏れ率が5%(基準は2%が良い)を超えている作業者は51名中、27名(53%)とマスクを有効に使用しているのは半数に満たない状態でした。

今後、溶接作業者の粉じん暴露量を軽減し、新たな塵肺患者を出さないためには、事業者には更に環境改善対策に積極的に取り組んでいただく必要があります。しかし、先にも述べたように、職場の環境改善が技術的に困難な場合もあり、防じんマスクに頼らざるを得ない場合も数多くあります。実際の現場において、防じんマスク着用の効果を上げるには、まず、事業者が以下の3点、①個々の作業者に合ったマスクを選定し、かつ型式検定に合格したマスクを支給する②職場ごとに、保護具着用管理責任者を指名し、防じんマスクの取り扱い方等、適正な着用指導を行い、取替え基準に沿って交換する③粉じん教育を定期的に行う、を確実に行うことが必要だと思います。

また、作業者も粉じん教育等を積極的に受けて、他人事ではなく、自分の健康は自分で守る意志を強く持ち、自主的に防じんマスクを着用するようになれば、相乗効果も大いに期待できると思います。以上述べたよ

うに、事業者と労働者が一体となって、防じんマスクの着用管理に徹底して取り組むことが出来れば、じん肺患者が一人もいない、快適とは言わないまでも、元気な粉じん職場になれるのではないかと思います

◆◇+.....+◇◆

◆ 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】

有機溶剤

【業種】

工作物の塗装工事業

【発生日】

9月

【被災者数】

中毒1名

【発生状況】

窓と出入口以外の開口部がない浴室において、出入口を締め切った状態で浴室壁面の塗装作業を行っていたところ、呼吸保護具を着用せずに作業を行ったため、有機溶剤蒸気を吸入し、有機溶剤中毒となった。

【発生原因等】

- ・ 換気不十分
- ・ 呼吸用保護具の未着用
- ・ 安全衛生教育不十分

例 2 特定化学物質による中毒等

【有害要因】

ホルムアルデヒド

【業種】

可塑物製品製造業

【発生日】

9月

【被災者数】

中毒1名

【発生状況】

射出成形機による成形作業において、製品の不具合の原因調査をしていたところ、射出成形機の樹脂加熱器の温度センサーが外れ、樹脂が過熱状態となり、熱分解を起こしてホルムアルデヒドガスを発生し、樹脂注入用ノズルから噴出したため、ホルムアルデヒドガスを吸入し、中毒となった。

【発生原因等】

- ・ 非定常作業時の作業標準不徹底

◆◇+.....+◇◆

◆ 研修・セミナーのご案内 (9月・10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、ご確認下さい。

〇〇

■産業医研修

時間:18:30~20:30

会場:※会場変更 コンパルホール 305会議室

〇〇

9月17日(金)

「これからの喫煙対策」

大和 浩 (産業医科大学 産業生態科学研究所 健康開発科学研究室 教授)

〇〇

■産業医研修

時間:18:30~20:30

会場:中津市医師会

〇〇

9月17日(金)

「粉じん職場の環境改善と作業関連性肺疾患」

青野 裕士 (大分大学医学部 公衆衛生・疫学講座 准教授)

〇〇

■産業医研修

時間:18:30~20:30

会場:大分産業保健推進センター 会議室

〇〇

10月 5日(火)

「生活習慣病予防」-禁煙、睡眠時無呼吸症候群とメタボ-

津田 徹 (霧が丘 つだ病院 院長)

10月21日(木)

「職場におけるメンタルヘルス対策」-その考え方と進め方-

三角 順一 (大分産業保健推進センター 所長)

産業医研修のページ

http://www.oita-sanpo.jp/New/study/h22_doctor.pdf

〇〇

■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

〇〇

9月30日(木)第 15 回

「職場とエイズ」

細川 隆文 (細川内科クリニック 院長)

10月 8日(金)第 16 回

「喫煙と生活習慣病」

谷口 邦子 (大分県地域成人病検診センター 副所長)

10月15日(金)第 17 回

「職場巡視のポイント」

吉良 一樹 (きら労働衛生コンサルタント事務所 代表)

10月19日(火)第 18 回
「自殺のもつ急性ストレスへの対応」
渡嘉敷 新典 (シニア産業カウンセラー)

10月26日(火)第 19 回
「惨事ストレスへの対応の実際」
渡嘉敷 新典 (シニア産業カウンセラー)

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/New/study/h22_eisei.pdf

oo

■カウンセリング研修
時間: 18:30~20:30
会場: ※会場変更 アイネス 2階大会議室

oo

9月14日(火)第 6 回
「事例検討(アルコール依存症)」
渡嘉敷 新典 (シニア産業カウンセラー)

oo

■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

oo

10月12日(火)第 7 回
「積極的傾聴のグループワーク」
渡嘉敷 新典 (シニア産業カウンセラー)
佐用 槇子 (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/New/study/h22_cau.pdf

oo

■産業保健セミナー
時間: 14:00~16:00
会場: 中津市医師会

oo

9月15日(水)第 2 回
「ストレスと健康」 三角 順一 (大分産業保健推進センター 所長)

oo

■産業保健セミナー
時間: 14:00~16:00
会場: 佐伯市医師会

oo

10月29日(金)第 3 回
「ストレスと健康」 三角 順一 (大分産業保健推進センター 所長)

