

◆ 相談員の窓 ◆
自殺予防と傾聴

◆ お知らせ ◆

●メンタルヘルスケア事例検討・交流会《参加無料》

◆ 研修・セミナーのご案内(12月・1月)◆

◆ 関係機関の動き

◆ 緊急のお知らせ ◆(追加)

ノロウイルスによる感染性胃腸炎(食中毒)の予防対策にご注意下さい!
～感染性胃腸炎の患者数は、過去10年の同時期で2番目に多い水準～

表記については皆様ご存じのことと思いますが、大分労働局労働基準部長より大分労基発第136号(平成24年11月30日)にて、以下のとおり周知依頼が来ておりますので、お知らせいたします。

「ノロウイルスによる感染性胃腸炎については、国立感染症研究所・感染症情報センターのノロウイルス検出状況の報告によりますと、今冬はシーズン当初から同ウイルス検出の報告が著しく増加しており、例年を上回る流行となるおそれがあるとされています。

そのため、事業場において、ノロウイルスによる感染性胃腸炎が発生した場合には、感染した者の吐物等から他の労働者への二次感染が想定されることから、ノロウイルスに関する基礎知識や感染予防等についてまとめた『ノロウイルスに関するQ&A』を参考に吐物等の適切な処理、手洗い等の衛生管理について改めて、会員事業場への周知等について、特段のご理解とご協力をお願いいたします。(抜粋)」

(詳しくは厚生労働省「ノロウイルスに関するQ&A」をご確認ください。)

<http://www.mhlw.go.jp/topics/syokuchu/kanren/yobou/040204-1.html>

Q14 食品中のウイルスを失活化するためには、加熱処理が有効ときましたがどのようにすればよいですか？

ノロウイルスの失活化の温度と時間については、現時点においてこのウイルスを培養細胞で増やす手法が確立していないため、正確な数値はありませんが、同じようなウイルスから推定すると、食品の中心温度85℃以上で1分間以上の加熱を行えば、感染性はなくなるとされています。

Q15 手洗いはどのようにすればいいのですか？

手洗いは、調理を行う前(特に飲食業を行っている場合は食事を提供する前も)、食事の前、トイレに行った後、下痢等の患者の汚物処理やオムツ交換等を行った後(手袋をして直接触れないようにしていても)には必ず行いましょう。常に爪を短く切って、指輪等はずし、石けんを十分泡立て、ブラシなどを使用して手指を洗浄します。すすぎは温水による流水で十分に行い、清潔なタオル又はペーパータオルで拭きます。石けん自体にはノロウイルスを直接失活化する効果はありませんが、手の脂肪等の汚れを落とすことにより、ウイルスを手指から剥がれやすくする効果があります。

Q16 調理台や調理器具はどのように殺菌したらいいのですか？

ノロウイルスの失活化には、エタノールや逆性石鹼はあまり効果がありません。ノロウイルスを完全に失活化する方法には、次亜塩素酸ナトリウム※、加熱があります。調理器具等は洗剤などを使用し十分に洗浄した後、次亜塩素酸ナトリウム※(塩素濃度200ppm)で浸すように拭くことでウイルスを失活化できます。

また、まな板、包丁、へら、食器、ふきん、タオル等は熱湯(85℃以上)で1分以上の加熱が有効です。

なお、二枚貝などを取り扱うときは、専用の調理器具(まな板、包丁等)を使用するか、調理器具を使用の都度洗浄、熱湯消毒する等の対策により、他の食材への二次汚染を防止するよう、特に注意するよう気をつけましょう。

※塩素系の漂白剤(使用に当たっては「使用上の注意」を確認しましょう。)

Q17 食品取扱者の衛生管理で注意すべき点はどこでしょうか？

ノロウイルスによる食中毒では、患者のふん便や吐ぶつがヒトを介して食品を汚染したために発生したという事例も多く発生しています。ノロウイルスは少ないウイルス量で感染するので、ごくわずかなふん便や吐ぶつが付着した食品でも多くのヒトを発症させるとされています。食品への二次汚染を防止するため、食品取扱者は日頃から自分自身の健康状態を把握し、下痢やおう吐、風邪のような症状がある場合には、調理施設等の責任者(営業者、食品衛生責任者等)にその旨をきちんと伝えましょう。

そして調理施設等の責任者は、下痢やおう吐等の症状がある方を、食品を直接取り扱う作業に従事させないようにすべきです。

また、このウイルスは下痢等の症状がなくなっても、通常では1週間程度長いときには1ヶ月程度ウイルスの排泄が続くことがあるので、症状が改善した後も、しばらくの間は直接食品を取り扱う作業をさせないようにすべきです。

さらに、このウイルスは感染していても症状を示さない不顕性感染も認められていることから、食品取扱者は、その生活環境においてノロウイルスに感染しないような自覚を持つことが重要です。たとえば、家庭の中に小児や介護を要する高齢者がおり、下痢・嘔吐等の症状を呈している場合は、その汚物処理を含め、トイレ・風呂等を衛生的に保つ工夫が求められます。また、常日頃から手洗いを徹底するとともに食品に直接触れる際には「使い捨ての手袋」を着用するなどの注意が必要です。

調理施設等の責任者は、外部からの汚染を防ぐために客用とは別に従事者専用のトイレを設置したり、調理従事者間の相互汚染を防止するためにまかない食の衛生的な調理、ドアのノブ

等の手指の触れる場所等の洗浄・消毒等の対策を取ることが大切です。

●リーフレット「ノロウイルス食中毒予防対策」

http://www.mhlw.go.jp/topics/syokuchu/dl/link01-01_leaf01.pdf

●リーフレット「手洗いの手順」

http://www.mhlw.go.jp/topics/syokuchu/dl/link01-01_leaf02.pdf

◆◇+.....+◇◆

◆ 相談員の窓 ◆

自殺予防と傾聴

基幹相談員 渡嘉敷 新典
(シニア産業カウンセラー)

我が国の自殺は、ここ2年間は減少が認められる。又、今年の10月末の自殺者総数3,599人(警察庁統計)でこのまま推移すると12月末には3万人を15年ぶりに切ることになる。しかしながら、精神疾患の5大疾患指定もあり、依然として自殺問題は社会的問題であることに変わりない。

現在、自殺対策事業の一つとして、自殺のリスクに気づき、専門家につなぐ役割を担うゲートキーパーの養成が提唱されている。ゲートキーパーには、あらゆる職種の人にその立場から周りの人への変調への「気づき」、「傾聴」、「つなぎ」、「見守り」の機能を期待している。

自殺予防については、色々なことが提唱され実践されてきている。自殺の危機に気づき介入する「カプランの危機理論と危機介入の心理的介入」から「友達になること be friend」、「心の絆療法:船村博」、「リットマンの法則:自殺の危険が重く、又激しくあればあるほど、その危機に有効に対応するための専門的訓練は必要としなくなる。」、「のめり込みや捲きこまれる危険はあるが、真剣に関わろうとするボランティアは、より素直な親しみのある温かい人間関係を提供できる。ファーベロー」、「つまり、一流のボランティアになることであって、三流のセラピストにならないこと。エドワード」、「徹底して聴き役になり、まず理解者になる。大原健士朗」がある。

これらの自殺予防の考え方(理論)に共通していることは、何れも「自殺の危機にある人(自殺者)」と「自殺予防に関わる人」との「関係性のあり方」について論じている。

自殺を防ぐには、「自殺する人」と「周りの人」との「人間関係の存在」がある。

自殺予防上では、2次予防のインターベンションに該当する。

自殺の心理学的剖検から自殺者の精神病理性のエピソードが関係者から語られたりする。何らかの心的問題を抱えて、うつ状態になりながら自殺者自身がその病理性に気づかずにいる。そして、周りの関係者に何らかの体調不調を訴えてはいるものの、周りの人は、それに気づかず(傾聴が必要な場面)、サポートがないまま孤立している自殺者がいる。専門的治療に結びついていないことがある。自殺は、精神的・社会的孤独の病気と言われるゆえんである。

また、自殺は、追い詰められた死、視野狭窄、病的同一視、模倣で起きるともいわれている。このことには、自殺者の思考や認知の問題が存在していることを意味している。

2011年に精神科領域の治療に認知行動療法の個人療法が診療報酬化された。認知行動療法は、不適応的思考が不適応的気分や不適応的行動を生じさせるという理論に基づく治療法であり、うつ病治療の効果が証明されている。

★第21回「 職場巡視における簡易測定器を用いて行うチェックポイントについて 」

日時:1月11日(水)14:00~16:00

講師:田吹 光司郎(大分労働衛生管理センター環境測定部 部長)

会場:コンパルホール 305 会議室

★第22回「 基礎から学ぶ衛生管理講座 追加編 」

日時:1月28日(月)14:00~16:00

講師:吉良 一樹(きら労働衛生コンサルタント事務所 代表)

会場:コンパルホール 305 会議室

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/eisei.pdf>

oo

■カウンセリング研修

★第9回「 積極的傾聴のグループワーク 」

日時:12月11日(火)18:30~20:30

講師: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)

会場:アイネス 2階 小会議室1

★第10回「 事例検討(職場復帰) 」

日時:1月8日(火)18:30~20:30

講師:渡嘉敷 新典(シニア産業カウンセラー)

会場:アイネス 2階 小会議室1

カウンセリング研修のページ

<http://www.oita-sanpo.jp/New/study/cau.pdf>

oo

■全職種対象研修

★第2回「 自分を知り、自分を変える 」

日時:12月19日(水)15:00~17:00

講師:田吹 好美(翔労働衛生コンサルタント事務所 所長)

会場:コンパルホール 305 会議室

全職種対象研修のページ

<http://www.oita-sanpo.jp/New/study/all.pdf>

受講お申し込みはこちらのページから

<http://www.oita-sanpo.jp/New/study/index.html>

○原子力安全・保安院

<http://www.nisa.meti.go.jp/>

○放射線医学総合研究所

<http://www.nirs.go.jp/index.shtml>

○労働安全衛生総合研究所震災関連情報

<http://www.jniosh.go.jp/announce/shinsai/index.html>

○国立精神・神経医療研究センター

http://www.ncnp.go.jp/mental_info/index.html

○ 災害時こころの情報支援センター

<http://kokoro.mhlw.go.jp/etc/info0322.html>

◆◇+.....+◇

◆※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。



独立行政法人 労働者健康福祉機構

大分産業保健推進連絡事務所

〒870-0046

大分市荷揚町3番1号 第百・みらい信金ビル6階

TEL:097-573-8070 FAX:097-573-8074

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

