



--- 2015/5/25 ---

おおいた産保メールマガジン 第 124 号

発行：大分産業保健総合支援センター 所長 嶋津 義久

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



Oita



I N D E X

◆お知らせ◆

- ◆WBGT値（暑さ指数）の活用と労働衛生教育で、熱中症を未然に防ぎましょう！
- ◆大分認知行動療法公開セミナー開催のご案内

◆研修・セミナーのご案内（6月・7月・8月）◆



◆お知らせ◆

- ◆WBGT値（暑さ指数）の活用と労働衛生教育で、熱中症を未然に防ぎましょう！
厚生労働省から「平成27年の職場における熱中症予防対策の重点的な実施について（基安発0514第2号 平成27年5月14日）」が発出されました。熱中症予防教育にご活用ください。⇒ <http://www.oita-sanpo.jp/H27nettyuushoyobou.pdf>
- ※WBGT値・気温に関する情報の入手方法（環境省等ウェブサイト）
PCサイト⇒ <http://www.wbgt.env.go.jp>
スマートフォンサイト⇒ www.wbgt.env.go.jp/sp/
携帯サイト⇒ www.wbgt.env.go.jp/kt/
- ※大分県における発生状況⇒ <http://www.oita-sanpo.jp/hasseijoukyou20-26.pdf>

【解説】

職場における熱中症予防対策については、全事業場での取組が必要ですが、平成26年に死傷災害が多く発生している建設業及び建設現場に付随して行う警備業（以下「建設業等」）並びに製造業の事業場におかれましては、なお一層の取組をお願いします。

人間の体は、外部環境の変化に合わせて発汗や血流量の調節などにより体温を調節し、適応する能力を持っていますが、気温や湿度などの環境が「急激」に変化する状況では、体の適応能力が外の変化に追いついていけず、体温調節などのシステムが破綻してしまうことがあります。季節の変わり目、特に梅雨時から夏にかけてというように、気象条件が急激に変化するタイミングで多く発症することが知られています。また、急激に暑い環境になるなど、体が熱に対する順化ができていない場合、体が外の変化のスピードに適応し

にくいので熱中症になりやすくなります。

熱中症予防には、事前に作業実施地域におけるWBGT予測値・実況値や高温注意報等を確認し、対策を実施することが重要です。

「温度が高い・湿度が高い・無風」など、高温で汗が蒸発しにくい条件でWBGT値は高くなる傾向がありますので、屋外の作業場では直射日光や照り返しを遮るため「簡易な屋根の設置や、帽子・ヘルメットの後部に日よけのたれ布取り付け」、屋内の作業場では「高温の熱源との遮蔽物の設置」を行うとともに、「スポットクーラー・大型扇風機を設置」する、「透湿性・通気性のよい服装」の着用などでWBGT値を下げるすることができます。

また、脱水症状になった後に水を飲んでも水分を吸収できにくくなっているため、水分及び塩分の摂取確認票を作成し「自覚症状の有無に関わらず水分及び塩分を定期的に摂取させる」なども効果的です。

さらに、「管理監督者が作業者の様子に異常がないか頻りに巡視」する、「作業者同士で声を掛け合う」、「WBGT値が基準値を超えることが予想される場所では単独作業は避ける」、「当日の体調に応じた作業場所・作業内容を配慮」するなど作業環境管理・作業管理・健康管理を行うとともに、作業者等へ「自覚症状に関わらない水分及び塩分の摂取、日常の健康管理、熱中症の兆候の把握、緊急時の救急措置及び連絡方法」等の教育を繰り返し行うなどの対策が重要です。

◆大分認知行動療法公開セミナー開催のご案内

認知行動療法は、メンタルヘルス活動の中心的方法として国際的に普及しつつあります。わが国でも、エビデンス（科学的実証性）の高い対人援助法として、さまざまな領域で活用されるようになり、専門職には欠かせない理論・技法とし注目されています。

大分認知行動療法研究会主催による標記セミナーが、平成27年度は5回開催予定です。内容および申し込み方法はこちら

⇒ <http://www.oita-sanpo.jp/H27CBTkoukaiseminar.pdf>

第1回セミナー【日時：6月21日（日）、講師：東京大学大学院 教育学研究科教授 下山晴彦先生、場所：大分大学医学部臨床大講義室】の内容はこちら

⇒ <http://www.oita-sanpo.jp/h27dai1kaiseminar.pdf>

※本件の問合せ先：大分認知行動療法研究会 090-1876-8930（中村）

◆◇+.....+◇◆

◆研修・セミナーのご案内（6月・7月・8月）

※下記の内容は、都合により変更する場合がございます。変更はホームページに随時掲載しますのでご確認ください。

※研修の約1週間前に、「研修案内」をFAX、メール等でお送りします。研修内容・日時・

場所・受付番号をご確認ください。(当日、受付番号をお知らせいただくと受付がスムーズです。)

※研修申込みが混雑しておりますので、申し込みはFAXまたはメールにてお願いします。

∞∞

■産業医研修

★第6回「健康診断の事後措置」【専門2申請中】

日時：6月4日(木) 18:30～20:30

講師：増井 太朗 先生

会場：別府市医師会

★第7回「職場のストレスチェック制度の実際」【専門2申請中】

日時：6月16日(火) 18:30～20:30

講師：影山 隆之 先生

会場：大分県医師会館

★第8回「産業医・衛生管理者に有用なタバコ対策情報」【専門2申請中】

日時：6月18日(木) 18:30～20:30

講師：大和 浩 先生

会場：大分県医師会館

★第9回「労働安全衛生法と産業医活動」【更新1申請中】

日時：6月20日(土) 13:00～14:00

講師：兼板 佳孝 先生

会場：中津市医師会

★第10回「睡眠と健康づくり」【専門1申請中】

日時：6月20日(土) 14:00～15:00

講師：兼板 佳孝 先生

会場：中津市医師会

★第11回「事例に基づくメンタルヘルス対応力向上研修」【実地2申請中】

日時：6月20日(土) 15:00～17:00

講師：井谷 修 先生

会場：中津市医師会

★第12回「健康日本21とCOPD」【専門2申請中】

日時：7月7日(火) 18:30～20:30

講師：津田 徹 先生

会場：大分県医師会館

★第13回「職場のストレスとストレスチェックーメンタルヘルス不調者の早期発見と
ストレス対策のためにー」【専門2申請中】

日時：7月15日（水）18：30～20：30

講師：上野 徳美 先生

会場：大分県医師会館

★第14回「労働安全衛生法と産業医活動」【更新1申請中】

日時：7月25日（土）13：00～14：00

講師：兼板 佳孝 先生

会場：日田市医師会

★第15回「睡眠と健康づくり」【専門1申請中】

日時：7月25日（土）14：00～15：00

講師：兼板 佳孝 先生

会場：日田市医師会

★第16回「事例に基づくメンタルヘルス対応力向上研修」【実地2申請中】

日時：7月25日（土）15：00～17：00

講師：井谷 修 先生

会場：日田市医師会

★第17回「職場における腰痛対策」【専門2申請中】

日時：8月4日（火）18：30～20：30

講師：市ヶ谷 学 先生

会場：大分県医師会館

★第18回「健康診断の事後措置」【専門2申請中】

日時：8月25日（火）18：30～20：30

会場：大分県医師会館

講師：大神 明 先生

■衛生管理者等研修

※本研修は、衛生管理者等の資格をお持ちでない方も参加歓迎です。

《新任衛生管理者・新任産業看護職等のための基礎講座》

★衛基2回「衛生担当者の仕事の基本となる労働安全衛生法を学ぶ（2）（有害業務）」

日時：6月19日（金）14：00～16：00

講師：吉良 一樹 先生

会場：アートプラザ 研修室

★衛基3回「衛生管理レベルを向上させる活動計画をつくる」

日時：7月17日（金）14：00～16：00

講師：吉良 一樹 先生

会場：アートプラザ 研修室

★衛基4回「モノの姿から人の動きや管理状況がわかる職場巡視を目指す」

日時：8月21日（金）14：00～16：00

講師：吉良 一樹 先生

会場：別途連絡

《衛生管理者・産業看護職・事業主等研修 実力アップ講座》

★衛実3回「職場のストレスチェック活用法」

日時：6月3日（水）14：00～16：00

講師：田吹 好美 先生

会場：コンパルホール305会議室

★衛実4回「職場のストレスとストレスチェックーメンタルヘルス不調者の早期発見と
ストレス対策のためにー」

日時：6月17日（水）14：00～16：00

講師：上野 徳美 先生

会場：コンパルホール305会議室

★衛実5回「職場におけるメンタルヘルス対策の基礎～感情労働の理解と怒りのコントロールについて～」

日時：7月15日（水）14：00～16：00

講師：三角 順一 先生

会場：コンパルホール304会議室

★衛実6回「急性中毒について」

日時：7月27日（月）14：00～16：00

講師：今井 浩光 先生

会場：コンパルホール304会議室

★衛実7回「過労死等防止対策～メンタルヘルス・過重労働を中心に～」

日時：8月5日（水）14：00～16：00

講師：田吹 好美 先生

会場：別途連絡

★衛実8回「健康長寿を目指す口腔ケア」

日時：8月27日（木）14：00～16：00

講師：安東 美幸 先生

会場：別途連絡

■職場の「心の健康づくり」のためのカウンセリング研修

※「ロールプレイと質疑応答」により傾聴スキルを身に着けるための実践的研修です。
初心者歓迎！基本を解説しますので、どの回から参加されても大丈夫です。

★第3回「積極的傾聴のグループワーク（かかわり技法）」

日時：6月9日（火）18：30～20：30

講師：渡嘉敷 新典 先生

会場：コンパルホール302会議室

★第4回「積極的傾聴のグループワーク（かかわり技法）」

日時：7月14日（火）18：30～20：30

講師：渡嘉敷 新典 先生

会場：アートプラザ 研修室

★第5回「積極的傾聴のグループワーク（話の要約）」

日時：8月18日（火）18：30～20：30

講師：渡嘉敷 新典 先生

会場：別途連絡

■「管理監督者向けのメンタルヘルス教育」研修

※現場の管理監督者が押さえておくべき「メンタルヘルス対策の基本・予防・対策」、12月から義務化される「ストレスチェック制度の概要とポイント」などについて解説。

★第1回「管理監督者向けのメンタルヘルス教育研修」

日時：7月8日（水）14：00～16：00

講師：上野 徳美 先生

会場：大分県医師会館

★第2回「管理監督者向けのメンタルヘルス教育研修」

日時：8月26日（水）14：00～16：00

講師：吉良 一樹 先生

会場：中津市医師会

現時点での、当センター研修予定と受講お申し込みはこちらから

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

■□

独立行政法人 労働者健康福祉機構

大分産業保健総合支援センター

〒870-0046

大分市荷揚町3番1号 いちご・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

■□■□■□■□■□■□■□■□■□■□■□■□■□■□■□■□■□■□