

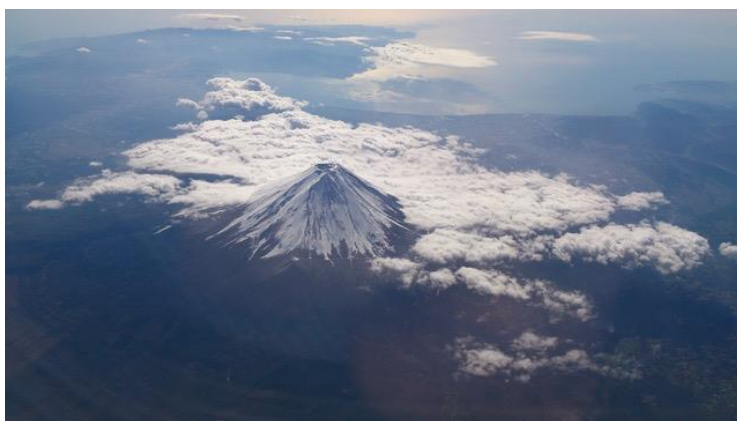


(題字 高田 昂 筆)

発行所／日本産業衛生学会関東地方会事務局・〒260-8670 千葉市中央区亥鼻 1-8-1 (<http://jsohkant.umin.jp/>)

千葉大学大学院医学研究院環境労働衛生学・TEL(043)226-2065・FAX(043)226-2066・発行責任者／諏訪園 靖

*本文中の下線部をクリックすると外部リンクに移動します



羽田-宮崎行の機上から
写真提供:
山野優子(敬称略)

健康経営をめぐる

土肥 誠太郎 (日本産業衛生学会 理事 三井化学(株)本社健康管理室)



健康経営ブームは今後
どのようなようになってゆくので
あろうか？ 景気に陰りが出
始めたが、景気が悪くなっ
て健康経営ブームも去っ
ていくのであろうか？

筆者の認識では、健康
経営とは、社員の健康を重視する経営を行うこと
により、企業としてのメリットも結果として得られる
ととらえ、社員の健康に投資しようとする考え方
である。

一般的に、健康経営による社員の健康増進以
外の企業のメリットとして、①労働生産性の向上
(欠勤率の低下、コミュニケーションの活性化、エン
ゲージメントの向上、前向きな思考など)、②健
康確保による安全配慮義務履行のための負担の
軽減、③企業イメージの向上(健康に配慮する企
業文化の外部発信など)、④リスクマネジメント
(業務・業務外災害の予防など)などが挙げられ

る。これらのうち、生産性や企業イメージの向上
は、直接企業価値の向上に関係すると考えられ、
一方で安全配慮義務を適切に履行し、リスクマネ
ジメントを適切に行っていることは、企業価値の
棄損を低減する役割をも持っている。

今の健康経営ブームは経済産業省が最初の
推進役になり、健康経営銘柄や健康経営優良企
業などの文字が躍っている。健康経営に投資す
るのであれば、リターンは得られているのだらう
か？ 企業イメージの向上には役立ったかもしれ
ない。

健康経営がブームで終わるか企業や社会に
定着するかは、結局、社員の健康増進に関する
効果を明確に示し、さらに健康増進以外の効果
を数値で示すことができるかどうかにかかってい
る。そして、中小企業を含め多くの企業が健康経
営を推進することは、高齢化した日本の社会のサ
ステナビリティを支える重要な要素になると考
える。

特集記事 職域でのがん対策について

東海大学医学部基盤診療学系
衛生学公衆衛生学
教授 立道昌幸

2019年4月に遺伝子パネル検査が保険収載され、いよいよゲノム医療がスタートした。遺伝子変異をターゲットにした個別化医療(プレジジョンメディシン)がようやく日本でもスタートした年となった。また、尿や血液を検体としたリキッドバイオプシーと呼ばれる新技術も進化し、この10年でがん検診も劇的に変わるかも知れない。がん制覇に一步前進したわけであるが、日本はがん大国でありながら、実はその対策は非常に遅れており、特に職域でのがん対策については、混沌としていて整理する必要がある。

労働安全衛生法による一般定期健康診断や、保険者に義務付けられた特定健診・特定保健指導は、脳心血管系疾患の予防が目的であり、がん対策の本丸は自治体に委ねられていた。しかし、職域で企画されたがん検診を受診している労働者が、がん検診を受けた者の30-60%と相当数いることから、職域でのがん対策に焦点が当てられた。国は2017年7月から「職域におけるがん検診に関するワーキンググループ」を開き、2018年3月29日に「[職域におけるがん検診に関するマニュアル](#)」が発信されたことは記憶に新しいと思う。しかし、国のワーキンググループでは、産業保健現場からの議論はほとんどされなかった。そこで、日本産業衛生学会として産業保健の立場で、このマニュアルについての議論を行い「[産業保健職からの視点で『職域におけるがん検診マニュアル』の効果的な運用を検討するワーキンググループ報告書](#)」を作成し学会HPに掲載した。(これら一連の活動は、自分にとって考えを整理するよい機会だったが、私自身は「がん対策＝がん検診」であるという一連の構図には基本的には少し違和感を持っている。)

「就業年齢でのがん罹患率」

がん登録の精度が上がるに従い、一般就業年齢の65歳までのがん累積罹患率は15%に及ぶ。こ

の数値自体は、糖尿病の有病率に匹敵する大きな数値である。そして、がん罹患による生産性の低下は従業員や家族に計り知れない影響を及ぼす。健康経営の観点からでもがん罹患をいかに防ぐか、また仮に罹患したとしても、粘膜切除のように日帰り手術で早期回復・復帰できることが理想である。

職域での死亡統計をみるとがん死が50%以上である。そのがん種別には、白血病、悪性リンパ腫、膵がん、若年性乳がん、肺がん、スキルス胃がんなどもあり、がん臨床の現状から考えると難治性がんは確かに半分以上ある。しかし「救えるがんは必ず救う」という意識が必要と考える。例えばスキルス胃がんにはピロリ菌関連のものと非関連のものがあるが、少なくとも前者は早期の除菌で予防可能であるし、大腸がんは、大腸内視鏡の受診機会が確保できてさえいれば死亡は相当数回避できるのも事実である。(がん対策に関するエビデンスについては、「[職域でのがん対策；産業医学レビュー .31 \(3\);p165-198;2019-01](#)」を参照いただきたい)

「感染症関連がんの根絶は産業保健の役割」

これまで日本人のがんは、胃がん、肝がんによって代表されるように感染症が原因のがんが多かったが、近年のピロリ菌や肝炎ウイルスの感染率低下から年齢調整罹患率は大幅に減少している。しかし、まだ根絶したわけではなく、ピロリ菌の感染率は現在の20歳代でも10%程度、HBVやHCVの感染率も0.1-0.5%程度で、陽性者が放置されているのが現状である。まずは、確実に予防できるがんから無くしていくことは、産業保健の中でも最優先事項にあたる。

現在では、肝がんの主な原因となっていたC型肝炎は経口薬でほぼ100%治癒する時代であり、一度検査をしておけば肝がんの罹患は予防できる。またピロリ菌についても同様であり、胃粘膜の萎縮が進まない早期に除菌することによってピロリ菌関連胃がんの罹患は予防できる。まだ国としての指針はないものの、そろそろ若年労働者では、ピロリ菌対策を積極的かつ明確に打ち出すことが求められる。個人的には、入社時、遅くとも35歳までに肝炎ウイルス検査と除ウイルス、ピロリ菌検査と除菌を推奨したい。ただ検査するだけでは医療につながっていか

ない実態もあり、産業保健職の積極的な関与が望まれる。

「がん検診の利益と不利益」

がん検診は、症状がでない早期に発見すれば侵襲が少なく治癒が可能であるという大きな利益をもたらすことから推奨されている。しかし、がん検診には過剰診断・過剰治療の問題や偽陽性の不利益があり、これら利益－不利益バランスによって受診するかどうかが決定される。本来なら、各人のがんに罹患するリスクが異なるため、個人毎に利益－不利益バランスを考慮したがん検診受診が理想的である。しかし、そのリスクを明確に予想することが困難な現状では、中等度リスクの集団に対して、利益が不利益を上回り、死亡率減少効果のエビデンスが確実なものが、がん検診項目として推奨されている。これらの項目を集団のがん死亡率を減少させるために実施するのが対策型検診である。

「対策型でも任意型でもない職域のがん検診」

自治体が実施し集団のがん死亡率を減少させる目的のがん検診を対策型検診、自らが受診する人間ドック等を任意型検診と解説されることがある。しかし、必ずしも人間ドック型が任意型検診とは言えない。本来任意型検診とは、個人の利益を最大化することを目的にして、最も感度が高い検査項目が選択され、不利益については必ずしも最小化されない状態で個人から選択される検査と解釈される。しかし現在の日本では、個々の項目について受診意思を決定する情報提供や、かかりつけ医から事前に人間ドックのオプションの説明機会がない。いわゆる共有意志決定(shared decision making)がないため任意型とは言いがたい。

また、職域での対策型がん検診についても、受診は任意で、精査勧奨はあっても受診管理はなく、プロセス指標に基づく精度管理もないままのがん検診が実施されている。最も検診効果の高いはずの大腸がんの便潜血検査の精密検査受検率は50%前後と検診の意味をなしていない。また、便潜血陽性の検査後の精査を、「便潜血の再検査」としている機関もある。そもそもの「がん検診の在り方」も十分に考え直す必要がある。

「がん検診の運用にも配慮が必要」

職域のがん検診を行う医療機関においては、スクリーニングであるはずのがん検診の結果に、○か月後再検など意味不明な判定が多く、判定の表現も統一されていない。これらは、精査受診行動を妨げている原因となっている。がん検診はスクリーニングであるため、次の精査を行うステップとの位置づけから「精査の必要性の有無」を判断することが第一義であり、受診者に明確にその意味を伝える必要がある。この点も改善しないと精査受診率の改善が見込めない。

また、職域は幅が広く、大企業や財力の豊かな組合健保、中小企業の協会けんぽ、個人事業主の国民健保で、それぞれがん検診の対応が異なっている。産業医の選任義務のある50人以上の事業場と、50人未満の事業場で就業する労働者の間でも対応が異なる。このように多様な職域で一律に同様の対策を論じることは非合理的であり、それぞれの特性を考慮した対策が必要である。

「まずはがんを知ってもらうことが最も大切 ～産業保健スタッフは伝道師～」

がんに限らないが、その病気についてリテラシーを高め自らが納得して行動を選択することが自律型健康管理として求められる。それは、「情報提供」というより「教育」という語がふさわしい。私は個人的に、がんほど、よく理解することによって自らの命の選択肢を適切に選べる病気はないと思っている。特に、がん検診受診は自らの動機がないと受診率や精査受診率の向上は望めない。多大な経費と時間を使い、心身に侵襲のあるがん検診を受けるには、相当なメリットがないと継続は無理である。職域では「がん」に対する、いわゆる「伝道師」が少ない。学校教育には、「がん教育」が義務付けられ、がん専門医等が教壇にたっており、職域では、産業医や産業看護職がその担い手になることが考えられる。がん検診の充実に費用をかけるのであれば、その前に従業員の「がん教育」に注力すべきであり、そのためにも、産業保健スタッフの意識改革と多大な協力が不可欠と思う。今後、この領域に関心をよせてくれる産業保健スタッフの参加を期待したい。

特集記事 東京オリンピック・パラリンピック2020で産業保健ができること

国際医療福祉大学
医学部公衆衛生学
教授 和田耕治

2020年の東京オリンピック・パラリンピック(以下、東京オリンピック)における健康危機管理が話題になっている。マスギャザリング

という言葉も最近少しずつ医療系の雑誌で特集が組まれるようになった。マスギャザリングは日常的に、例えば、お祭り、初詣、野外音楽祭などとして行われている。

オリンピックはマスギャザリングのなかでも特に国際的な要素が多く、さらに世界中が注目していること、そしてオリンピックと呼ばれる選手に何かあれば国家間の問題にもなりえるという点から特別なマスギャザリングと言える。

本稿では、産業保健職が東京オリンピックでどのような点に貢献できるかを紹介する。主には3つの点がある。1. 麻疹、風疹の予防接種の推進 2. 会場の労働者の熱中症対策 3. 労働者に対する運動の推進である。

なお、その他の健康危機管理課題は、紙面の関係で触れられないため「[国際的なマスギャザリングにおける疾病対策に関する研究](#)」のサイトで様々な資料を閲覧することができる。

1. 麻疹、風疹の予防接種の推進

東京オリンピックの間に何らかの感染症が流入して大会に影響があるのではというリスクはある¹⁾。しかしながら筆者は、もし何かあるとすれば平時と同様に、麻疹、風疹が課題と考えている。

基本的に、チケットは高額でしかも入手困難であり、さらにオリンピック期間中は航空券やホテル代も高騰するため、訪問者は富裕層に偏り、健康度が高いと思われる。そのため感染症の流入リスクはオリンピック期間中より今の方が高い、と筆者は考えている。しかし大会の前に開催地で風疹や麻疹が流行しているとなると、世界にネガティブなニュースとして大きく報じられる可能性がある。

2019年4月の時点で40歳から47歳の男性には自治体から風疹の抗体検査ならびに予防接種が無料になるクーポン券が配布されており、2020年度には48歳から57歳の方にも配布される。定期健康診断の場でもクーポン券が使えるということも売りではあったが、実際には処理の手間が課題となっている。また検査対象者の取り間違いリスクもある。

そうであるなら産業保健職は、事業所近くの医療機関のどこで風疹の抗体検査ならびに予防接種ができるかについて調べて、衛生委員会などで共有してはいかがであろうか。また今一度、対象年齢の方にはクーポン券を持っているか確認いただきたい。「そんなクーポンどこにあるかわからない」という場合には住んでいる自治体に問い合わせれば再度郵送してくれる。しかしながら引っ越しがあった場合には、クーポン券が使えないことがあるため、居住地からのものであるかの確認が必要である。

東京都医師会も提言しているように、東京オリンピックに関わる職員やボランティアの麻疹、風疹の抗体検査を確実に実施することは筆者も賛成である。筆者らは、職員、ボランティアならびに医療従事者のワクチン接種について優先度の検討を行ったところ、それを支持する結果であった²⁾。

もちろん生ワクチンであることから接種後の妊娠を避ける必要があり、副反応のリスクもあることから強制であってはならない。これまでのオリンピックにおいて、例えばロンドンオリンピックでは、パルボウイルスに感染したボランティアがおり、その後選手との接触と感染リスクについて検討が必要であったことが報告されている。大会の関係者が麻疹を発症したとなったら、選手や観客への感染リスクとして世界中に大きく報じられるであろう。

こうした予防策の効果の評価は難しい。東京オリンピックが終わって事例が何もなければ、対策は大げさであったという批判があるであろう。また実際に麻疹や麻疹が発生したら、「それみたことか」と不作為を責める意見もあるだろうが、それは意図するところではない。

産業保健の観点からも麻疹、風疹の予防対策についての議論がさらになされることが必要である。

2. 会場の労働者の熱中症対策

過去3回の夏のオリンピックと比較すると、東京オリンピックは最も暑くなるであろう。筆者らは東京オリンピックについて、2016年のオリンピックと同じ日の気象条件をもとにした暑さ指数(WBGT)を算出したが、半分以上の日において30℃を超えていた³⁾。日本スポーツ協会の[スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック](#)によれば、WBGT 31℃以上では運動を原則中止するとしている。では、誰が一番影響を受けるのか。

選手にとって厳しい条件ではあるが、競技である以上、東京の暑さを理解し、暑さ順応を含めた準備ならびにコーチなどの支援を受けることになる。また選手が最大限のパフォーマンスが出せるよう、大会運営において暑さのコントロールをできるだけ行う必要がある。さらに緊急の医療体制の整備も不可欠である。

観客に対しては、会場などでの水分摂取を促すことや、具合が悪い場合には涼しい場所に行けるようにするなどの配慮が必要であろう。特に高齢者や子どもなどリスクの高い者への啓発は重要である。アトランタオリンピックでは、ジョージア州は法令を改正し、オリンピック期間は50人以上の参加者のあるイベントでは無料で水が飲めるように主催者が準備することを求めた。

最も熱中症リスクが高いのは会場運営に関わる労働者やボランティアである、と筆者は考えている。労働者の作業内容、環境、個人の特性などに基づいた熱中症のリスク評価を行い、必要な対策を行うことが求められる。特に、駐車場の管理や物の販売をする方々などが水分摂取ならびに適宜休みをとれるようにするなどの配慮が必要である。

今回の東京オリンピックでは、競技が様々な場で行われるというのが特徴である。それぞれの場は小規模な事業所とも捉えられ、労働者が守られるような対策が切に望まれる。

ボランティアについても様々な形態があるようであり、対策の実施だけでなく万が一の場合に備えた保険の加入なども必要である。

3. 労働者に対する運動の推進

オリンピックは運動の素晴らしさを再認識することができる良い機会である。オリンピックをきっかけに健康増進をするということは、これまでのオリンピックでも行われている取り組みである。

さて産業保健職の皆さんは運動をしているだろうか。タバコを吸う医療従事者は患者さんに禁煙を勧めないという点で批判されることが多い。この批判が様々なライフスタイルについても言われるようになっている。運動をしない医療従事者は患者さんや労働者と運動について話ができないし、勧めることも少ないであろう、と。ぜひ皆さんもこの機会に運動をさらに行ってはいかがであろうか。そして労働者の方にもその素晴らしさを共有していただきたい。

おわりに

東京オリンピックまで残りの期間は半年程度である。今回は紙面の関係で一部のみの紹介となったが、その他にも急性疾患への対応、医療機関の多言語化などの課題もある。

残念ながら、健康危機管理についての対策は十分に議論されていない。特に産業保健の現場からの発信も少ないため、ご自身の周りでオリンピック関連の活動があるようであれば積極的に関わっていただき、安全で健康な東京オリンピックを皆で支えたい。

参考文献

1. Nakamura S, Wada K, Yanagisawa N, Smith DR. Health risks and precautions for visitors to the Tokyo 2020 Olympic and Paralympic Games. *Travel Med Infect Dis.* 2018 S1477-8939(18)30005-X.
2. Shimizu S, Wada K, Fukushima S. A consensus on immunization recommendations for healthcare and other workers at the Tokyo 2020 Olympic and Paralympic games: a Delphi survey. *JMA journal* 2019;2(1):80-4
3. Kakamu T, Wada K, Smith DR, Endo S, Fukushima T. Preventing heat illness in the anticipated hot climate of the Tokyo 2020 Summer Olympic Games. *Environ Health Prev Med.* 2017 Sep 19;22(1):68. doi: 10.1186/s12199-017-0675-y.

緑十字賞 受賞の声

五十嵐千代（東京工科大）

令和元年10月23日、京都の“みやこめっせ”で開催された全国産業安全衛生大会において、中央労働災害防止協会緑十字賞の表彰式があった。労働衛生部門では全国で13人が受賞したが、日本産業衛生学会から、愛知医科大学の柴田英治教授と私の2人が推薦をいただき、受賞の運びとなった。本学会からの推薦であったことは大変光栄なことであり、産業保健看護職としてのこれまでの活動を評価いただいたことはとても嬉しい思いであった。

大学を卒業し、すぐに産業保健師として働きながら、学会活動、学位取得などの傍ら、国の政策に関連するような検討会などにも関与してきた。私なりにいつも産業保健看護の確立や発展を考え、力を注いできた。10年前に大学に移ってからは、保健師基礎教育の立場からも、産業保健の強化に尽力し、毎年新卒で複数の産業保健師の輩出に至るようになった。保健師基礎教育から、本学会の産業保健看護専門家制度の現認教育と一貫した人材育成が重要と考えている。これらは、本学会の産業看護部会を基盤とした活動であり、それを通じて多くの産業保健看護職の先輩方、仲間、また多職種の多くの先生方にも支えてもらいながら、今に至っていると心より感謝している。

私が目指すところは、ILO161号条約にある「すべての働く人に産業保健サービスを届ける」ために、産業保健看護職を法的に位置づけることである。この受賞をひとつの契機として、さらなる産業保健の発展に力を注いでいきたい。



産業保健実践活動報告(第39回)

澁谷智明（日立製作所）



歯科疾患の発症増悪に、ストレス、喫煙、飲酒や乱れた食生活など、多くの common risk factor が関与していることが報告された。近年、歯科疾患と、糖尿病をはじめとする生活習慣病との深い関連性を示すエビデンスが増加している。そのため、生活習慣病対策として通常の保健指導だけではなく、口腔保健指導を行うことが有効と考えられる。

平成23年に「歯科口腔保健の推進に関する法律：歯科口腔保健法」が公布されたものの、職域の口腔保健活動には法的な後ろ盾として十分でないため、口腔保健指導の実施率は依然として低い。弊社においても、歯科医師や歯科衛生士が所属している事業所は非常に偏っており、十分な口腔保健活動を行える事業所は少ない状態であった。そこで現在、本社の産業医療推進センタでは年度初めに各事業所総務宛てに口腔保健セミナー実施案内を出し、口腔保健活動実施の推進を図っている。本案内によってセミナーを希望された事業所からの依頼で、弊社所属の産業歯科医が口腔保健に関する出張セミナーを行っている。

内容としては数十人の受講者に対して1回につき1時間程、「歯周病と生活習慣、生活習慣病」、「メンタルと歯科疾患」、「口臭」、「喫煙と口腔疾患」等、事業所の希望にあったテーマで講演を行っている。複数の職場に分かれている場合はテレビ会議も兼ねている場合もある。また、要望がある場合には歯科衛生士による歯間清掃等30分の実習も行っている。セミナー開催時には、健保組合より各参加者に「歯ブラシ、デンタルフロス、歯間ブラシ、洗口剤や口臭予防剤」等のグッズ提供もある。

本セミナーは関東の本社およびグループ会社事業所が中心であるが、それ以外の地区の事業所を訪問することもある。本活動によって歯科医療職のいない事業所においても従業員の口腔内を健康に保てるように、さらには生活習慣病の予防・管理に繋げることができるよう、今後も活動を行ってきたい。

関東地方会例会プログラム一覧

・第 286 回例会・第 63 回見学会プログラム

企画運営委員長:堤 明純 (北里大)

当番幹事:江口 尚 (北里大)

開催期間:2019 年 9 月 6 日(金)・7 日(土)

会場:ホテル横浜ガーデン (横浜市)

メインテーマ:中小企業の産業保健 update

<9 月 6 日(金)>

【見学会】

① JXTG エネルギー 川崎製油所/川崎市

② 日本飛行機 横浜工場/横浜市

③ 日産自動車 横浜工場/横浜市

④ IHI 横浜事業所/横浜市

【例会 1 日目】

特別講演 1

「中小企業における産業保健活動の推進:労働安全衛生コンサルタントからの視点」

座長:諏訪園 靖 (関東地方会長)

演者:石田 修 (日本労働安全衛生コンサルタント会)

<9 月 7 日(土)>

【例会 2 日目】

特別講演 2

「中小企業における産業保健の現状」

座長:堤 明純 (北里大)

演者:柴田英治 (愛知医大)

シンポジウム

「中小企業における産業保健の課題 update」

座長:今井鉄平 (OH サポート)

錦戸典子 (東海大)

シンポジスト:

「衛生管理者の立場から」

杉澤賀津子 (運輸業・衛生管理者)

「嘱託産業医の立場から」

西田典充 (京都工場保健会)

「保健師の立場から」

後藤みずえ (保健師事務所アオラ)

「作業環境測定士の立場から」

飯田裕貴子 (東工大)

・第 287 回例会プログラム

当番幹事:西脇祐司 (東邦大)

開催期間:2019 年 11 月 30 日(土)

会場:東邦大学医学部 (大田区)

テーマ:令和時代における産業保健

1. 産業保健現場における普及と実装科学 (D&I Science)

島津太一 (国立がん研究センター)

2. 職場のソーシャルキャピタルを産業保健活動に活かす!

江口 尚 (北里大)

3. 就労女性をめぐる現状とジェンダーギャップ解消への道のり

荻田香苗 (杏林大)

4. メンタルヘルス不調をかかえた労働者への治療と就労の両立支援

小山文彦 (東邦大佐倉病院)

・第 288 回例会プログラム

当番幹事:福本正勝 (i・OH 研究所)

開催期間:2020 年 1 月 11 日(土)

会場:慈恵医大 (港区)

講演:働き方改革その後

1. 働き方改革のポイント

早木武夫 (中災防)

2. 医学的見地から

高橋正也 (安衛研)

シンポジウム:働き方改革その後

座長 福本正勝

職域事例① 西野大介 (味の素)

職域事例② 林 洋子 (東京都職員共済組合)

職域事例③ 竹村 誠 (電通)

第286回 関東地方会例会及び第63回見学会報告



江口 尚 (北里大)

2019年9月6日(金)・7日(土)、関東地方会第286回例会(一泊)・第63回見学会(企画運営委員長・堤 明純教授)を、ホテル横浜ガーデンにて開催した。今回の例会では、実務家の方々に役立つ情報を提供したいと考えた。そこで、これまでもたびたび議論されてきた話題だが、その取り巻く環境も日々変化していることから、改めて中小企業での産業保健に着目し、メインテーマを「中小企業の産業保健update」とした。参加者は177人(見学会101人)であった。

第63回見学会は、事業所並びに関東地方会会員のご協力により、①JXTGエネルギー川崎製油所、②日本飛行機横浜工場、③日産自動車横浜工場、④IHI横浜事業所で開催した。各事業所では、現場見学と、それを踏まえた産業医や衛生管理者から事業所における安全衛生活動に関する講演および、参加者との意見交換が行われた。

第286回例会は、1日目は特別講演1として、日本労働安全衛生コンサルタント会会長の石田 修先生から、中小企業を対象にした産業保健上の課題に関する実態調査やヒアリング調査の結果などが紹介された。これらを踏まえて、大企業と比較して取り組みが遅れている中小企業におけるリスクアセスメントやメンタルヘルス対策の推進の重要性についてのお話があった。

1日目の夜には懇親会(参加者60人)を開催し、会員間の交流を深めた。

2日目の特別講演2として、日本産業衛生学会中小企業安全衛生研究会・前代表世話人の柴田英治先生から、中小企業・小規模事業場の産業保健活動推進についてご講演いただいた。中小企業における産業保健を議論する際にしばしば聞かれる「すべての働く人々への産業保健サービスを」の意味についての考察や、現在中小企業の産業保健でキーワードとなっている「健康経営」「専門職のチーム化」「地域・職域連携推進協議会」を挙げて、それぞれの意義についてお話があった。

シンポジウムでは、中小企業や事業所の最前線

で働かれている杉澤賀津子先生(衛生管理者)、西田典充先生(産業医)、後藤みずえ先生(保健師)、飯田裕貴子先生(作業環境測定士)の4名の専門職の方々にシンポジストをお願いした。産業保健活動について活用できる資源が限られる中小企業において、経営者や従業員とうまくコミュニケーションを取りながら産業保健活動の活動度を上げていくコツや具体的な取り組み、専門職としての姿勢など、明日からの産業保健活動に役立つ情報が提供された。その後のディスカッションでは、シンポジストと参加者との間で活発な意見交換がなされた。

最後に、本例会の開催にあたり、後援の神奈川県医師会、神奈川産業保健総合支援センター、神奈川労務安全衛生協会、職場見学会の事業所関係者の皆様、準備、当日の運営、引率にあたった教室関係者にこの場を借りて御礼申し上げる。



特別講演1 石田 修先生



シンポジウム

第 287 回 関東地方会例会報告



西脇祐司（東邦大）

2019年11月30日（土）、メインテーマを「令和時代における産業保健」とした第287回関東地方会例会を東邦大学医学部2号館にて開催した。大阪で開催された日本産業ストレス学会と日程が

重なることとなってしまったが、115人（会員83人、非会員32人）もの参加をいただいた。

まずは、国立がん研究センターの島津太一先生よりご講演をいただいた。普及と実装科学は、様々な研究デザイン、方法論を用いてステークホルダーと協働しながら、エビデンスのある介入法を、効果的、効率的に日常の保健医療活動に取り入れる方法を開発、検証する学問領域である。その研究を進める日本のリーダー的存在である島津先生のお話を、参加者は熱心に聴講していた。職域における普及と実装の事例紹介は、今後の産業医活動に参考になるものであった。

続いて、北里大の江口 尚先生に登壇をいただいた。職場のつながりは労働者の健康を支える一側面であり、多様な雇用形態がある現在の労働環境では、昔ながらののではなく“令和時代”のコミュニケーションの取り方が求められている。例えば社内イベントの見直しなど、という解説は今回のメインテーマに合致していた。我々も産業保健の視点で、明日からの意識的な職場環境改善の提案の必要性を思わせるお話であった。

休憩を挟んで、杏林大の荻田香苗先生からは、勤労女性の置かれている現状と今後についてわかりやすく説明いただいた。少子化社会において女性労働力の活用は大きな課題であり今後女性の登用が進んでいくだろうと思われる中で、我々産業保健スタッフとしては就労女性の健康を支援する取り組みを充実させていかねばならないと感じた。

最後に東邦大の小山文彦先生からは、状態不安の強い女性を医療と職域の連携を図って就労復帰につなげた事例、がん手術後に仕事復帰したが自分で思っていたように仕事が出来ず退職してしまい再就労に意欲が持てなかった男性について、雇用トータルサポーターとの連携で再就労につなげた事

例の具体的な紹介は学ぶべき点が多かった。

4人の演者の先生方からここでしか聞けないような話題を丁寧に解説していただき、有意義な例会になったと思っている。最後に、演者の先生方、参加者の皆様、共催の東邦大学医師会関係先生方に厚く御礼申し上げる。



おめでとうございます

中央労働災害防止協会
緑十字賞 労働衛生関係

五十嵐千代先生
（東京工科大）

萩原真一先生
（ホンダエンジニアリング）

日本医学会総会 最優秀奨励賞

井上彰臣先生
（北里大）

関東地方会研究会設立について

関東地方会事務局

関東地方会では、2020年度より、関東地方会研究会として細則を整備し、新たに研究会を設立する見込みとなりました。関東地方会員であれば、どなたでも参加可能です。4月18日開催予定の関東地方会総会での報告後に活動を開始する予定となっております。研究会のテーマ、スケジュールなどについては、関東地方会ホームページやニュース紙面でも紹介してまいりますので、チェックしていただきますようお願いいたします。

第288回例会・関東産業医部会報告



西埜植規秀
(にしろうえ産業医事務所)

今年度の産業医研修会(関東地方会第288回例会)は2020年1月11日に慈恵医大で開催した。

今回のテーマは働き方改革関連法が施行され約1年が経過したことから「働き方改革その後」とした。関心の高いテーマということもあってか参加者は196人と盛況であった。

はじめに早木武夫先生より、産業保健に関連する働き方改革のポイントについて、行政の立場より法的な内容を分かりやすく整理いただいた。

次に高橋正也先生より、多くのエビデンスを用いて、睡眠や休息の重要性が医学的見地から示された。そのうえで、繁忙が続く職場においては勤務間インターバル制度の導入が期待されることをお話しいただいた。今後、厚生労働省よりインターバル制度の導入・運営の手引書が公表される予定である。

続いてシンポジウムでは、社内における働き方改革の実践事例を多くご紹介いただいた。西野大介先生からは、自社で2011年より様々な施策を展開された各種効果に加え、組織の持続的かつ完全な成長には役職立場に関係なく意見を言える環境を作ることが重要であることが紹介された。林 洋子先生からは東京都職員の働き方改革のキーワードである“ライフ・ワーク・バランス”(ライフが先)を掲げ、生活と仕事の両面で豊かさを実感できる職場環境を目指し実践されていることが紹介された。竹村 誠先生からは2017年より自社で経営の最優先課題として労働環境改革に取り組んでいる様々な施策、中でも全局に労務・健康管理の専従者を配置し管理していることなどが紹介された。シンポジウムでは、フロアも交えて活発な討議がなされた。

今回、参加者には現場での業務に参考となる実践的な内容が多々あったと思われる。次年度の研修会もニーズに合ったテーマ、内容を検討したい。



関東産業看護部会報告



中野愛子(日立製作所)

2019年度の関東産業看護部会研修会が、2019年10月19日(土)東京工科大学 蒲田キャンパスにて開催された。本年度は、「見せる! 魅せる! 産業保健活動のた

めのデータのまとめ方、つたえ方」として、業務に役立つデータの集計方法や効果的なデータの示し方を中心とした実践的な内容を企画した。健康診断やストレスチェック、職場巡視など、産業看護職のもとには産業保健活動にかかわる様々な健康関連データが集まるが、これらのデータの活用は、事業場での質の高い産業保健活動を戦略的に進めていく上で大変重要である。しかしながら、現場では日々の活動で得られたデータをどのように活用していけばよいかわからない、集積したデータでどのように産業保健活動を評価すればよいかわからない、という声が多く、そのような産業看護職に向け、基礎からエクセルの活用の仕方などがわかる研修を企画した。

研修は演習とグループワークを中心に実施した。データクリーニングに役立つエクセル関数、ピボットテーブル、グラフ、表作成の方法など、基礎からのデータの取り扱いについて、グループごとに経験豊富な産業看護職数名にアシストをお願いした。参加者は27人であり、研修は大変好評で、受講者満足度の高い研修になった。

関東産業看護部会では、来年度も部会員のニーズに沿った研修会を予定しているので、多くの産業看護職の方にご参加いただきたい。



関東産業歯科保健部会報告



品田佳世子 (東京医歯大)

第29回全国協議会(仙台市)において、教育講演9が2019年9月13日(金)にテーマ「働くための口腔のコミュニケーション機能と健康格差を考える～職域で最も多い疾患への対策～」で、相田 潤先生(東北大院)を講師に行われた(座長は加藤 元先生(日本IBM)で参加者44人)。世界疾病負担研究(GBD study)で歯科疾患が最も多い疾患群としてLancet誌などで報告されている。日本においても65歳未満の国民医療費における歯科疾患は高額な上、QOLの低下など多くの問題を職域で引き起こし生産性を低下させている。所得、学歴や職種により歯科疾患の有病状況が大きく異なるという健康格差が存在する。このような状況を踏まえ、職域での歯科疾患への対策が求められているとのことであった。

また翌日にシンポジウム5が「両立支援～働きたいを口から支える～」をテーマに行われた(座長は井川資英先生(東北大)で参加者45人)。「口から支える元気な就労～特に周術期の口腔健康管理について～」を飯久保正弘先生(東北大)、「頭頸部腫瘍治療後の就労者における顎顔面補綴からの支援」は小山重人先生(東北大)に講演いただき、活発な質疑応答が行われた。

2020年2月22日(土)13時から日本大学歯学部本館創設百周年記念講堂(千代田区)において関東産業歯科保健部会研修会を口腔衛生関東地方研究会学術大会と合同で行う。大会長は尾崎哲則先生(日大)で、「都市近郊の自治体で行なわれている歯科保健事業」：千葉逸朗先生(北海道医療大)、「企業現場で行なわれている歯科保健事業」：大山篤先生(神戸製鋼)、「東京都都心部の区で行なわれている成人歯科保健事業」：西辻直之先生(港区芝歯科医師会)の講演を予定している。



第 29 回全国協議会 (仙台)

研究室紹介

自治医科大学

医学部環境予防医学講座

教授 市原佐保子



自治医科大学は、医療に恵まれないへき地等における医療の確保及び向上と地域住民の福祉の増進を図るため、1972年に全国の都道府県が共同して設立した大学である。医学部は全寮制であり、学生は卒業後出身都道府県に戻り、地域医療に従事することになる。当講座は、大学開学とともに衛生学教室として開設され、その後数回の改組を経て、2012年に環境予防医学講座となった。私が2017年に教授として赴任し、現在、常勤教員4名、大学院生2名、技術職員1名、事務員1名で、教育・研究を実施している。

当大学は、総合医養成を目指し、臨床実習に重点を置いた教育を実施しており、4年次春より病棟実習に入るため、基礎系科目は2年次までに、また社会医学系科目の講義・実習も3年次夏までに終了する。当教室は、環境保健・産業保健を中心とする教育を担っている。

当講座では、培養細胞・動物モデル・人を対象とした調査等を用いた心血管系臓器をはじめとする生体に対する生活環境の影響評価や障害のメカニズムに関する研究、環境化学物質がエピジェネティクス制御に関わり生体に影響を及ぼす機序に関する研究を行っている。また、中国・パキスタン・タイなどの諸外国、並びに日本国内において、共同研究としてフィールド調査も行っている。産業保健に関する研究としては、工業的ナノマテリアルの安全性に注目し、国内外の粒子加工工場調査を実施し、曝露評価および生体影響に関する研究を進めている。



通達・行政ニュース

山本健也（東京大） 情報機器作業における労働衛生管理のためのガイドラインについて

「VDT作業における労働衛生管理のためのガイドライン(平成14年4月5日基発第0405001号)」が新たに「[情報機器作業における労働衛生管理のためのガイドライン\(令和元年7月12日基発0712第3号\)](#)」に改称して通達された。情報機器作業を行う労働者の作業形態の多様化を背景に、従来6つの作業類型(単純入力型、拘束型、対話型、技術型、監視型、その他)と作業時間(2時間以下、4時間未満、4時間以上)により3区分(A/B/C)に整理されていた作業区分が、「作業時間」と「作業の拘束性」に重点を置いた2区分(「作業時間又は作業内容に相当程度拘束性があると考えられるもの」「それ以外のもの」)に改訂され、健康診断及び作業管理にかかる対応の違いが示されている。なお、作業区分の設定に際して産業保健職の関与が強調されており、また、情報機器作業の健康影響が作業時間と作業の拘束性に強く依存するとの観点から「作業管理」対策を優先的に行うことが明記された。

[作業環境測定法施行規則の一部を改正する省令案要綱についての諮問・答申について](#)

「個人サンプラーを活用した作業環境管理のための専門家検討会」報告書(平成30年11月6日公表)を踏まえ、現行の作業環境測定(場の測定)における課題(気中への発散の変動が大きい場合や作業者の移動が多い場合などでは、適切な作業環境の評価が困難なことがある等)に対して、個人曝露測定技術の進歩に鑑み、作業環境測定法第3条等による指定作業場において作業環境測定を行う際のデザイン及びサンプリングとして、従来のものに加え、作業に従事する労働者の身体に装着する試料採取機器等を用いて行うもの(個人サンプリング法)を新たに規定するための省令改正案が令和元年12月25日に労働政策審議会に諮問され、妥当との回答がされた。改正省令は令和2年1月下旬公布が予定されている。なお、個人サンプリングを実施できる作業環境測定士の養成等のた

め一定の猶予が必要との配慮から、施行期日は令和3年4月1日の予定であり、またその際も個人サンプラーの特性が特に発揮できる作業(発散源が作業者とともに移動し、発散源と作業者との間に測定点を置くことが困難な作業(吹付け塗装など)、有害性が高く管理濃度が低い物質を取り扱う作業であって、作業者の動きにより呼吸域付近の評価結果がその他の作業に比べて相対的に大きく変動すると考えられる作業)に対して先行して導入し、全面導入の可否はその後に改めて検討される予定である。

[労働安全衛生法関係の届出・申請等帳票印刷に係る入力支援サービス](#)

以下の労働基準監督署への報告書類について、web画面上での作成が可能となった。なお、申請・届出をオンライン化するものではなく、作成した帳票は印刷のうえ所轄の労働基準監督署へ提出する必要がある。

1. 総括安全衛生管理者・安全管理者・衛生管理者・産業医選任報告
2. 定期健康診断結果報告書
3. 心理的な負担の程度を把握するための検査結果等報告書
4. 労働者死傷病報告(休業4日以上)

理 事 会 報 告 よ り

諏訪園 靖（千葉大）

2019年度第2回（2019年7月23日開催）

審議事項

1. 新体制に当たり、学会のビジョンと役員の役割分担が提案された。
2. 学術委員会について、内規案が説明され承認された。学術活動の促進、支援、若手研究者の育成、学術成果のとりまとめと発信等を担う。
3. 許容濃度等に関する委員会より、今回訴訟を受けたことを機に既存の提案理由書の点検を実施し、必要な確認・修正作業を進めていること等が報告された。
4. 産業医部会に1名の幹事が推薦され、理事長から委嘱されることとなった。

5. 9 地方会が持つ情報、経験を共有してそれぞれの地方会の活性化を促すとともに、相互理解を深め、地方会レベルでの協力や連携を進めることを目的とする地方会連携の方針案が説明され、承認された。第1回目の会議を第29回日本産業衛生学会全国協議会で開催し、連携内容や会議の開催方法等についての意見交換をすることとなった。
6. 研究会に関する規程等の改定について、運用細則の修正があった。
4. 会費納入方法について、会員の利便性向上と入金確認作業の軽減のため、選択肢の一つとしてコンビニエンスストア払いの導入を検討していることが説明された。方向性については承認され、検討を続けることとした。
5. 2019年度の収支は、第92回日本産業衛生学会の収支が黒字となり、助成金の返納金が大きかったため、黒字決算となる見込みであることが説明された。

報告事項

1. 第92回日本産業衛生学会の参加者数が報告された。
2. 2019年度総会議事録が承認された。
3. 第93回、第94回日本産業衛生学会、第29回・第30回全国協議会の準備状況が報告された。第94回学会は長野県、第30回全国協議会は鹿児島県にて開催予定。
4. 専門医制度委員会から指導医登録者数451人、専門医登録者数179人、専攻医登録者数261人との報告があった。
5. 産業保健看護専門家制度委員会から、登録者数について上級専門家85人、産業保健看護専門家481人であるとの報告があった。
6. 中央労働災害防止協会の顕功賞に東 敏昭先生、緑十字賞に柴田英治先生と五十嵐千代先生の受賞が決定したことが報告された。日本医学会総会奨励賞に井上彰臣先生が受賞されたことが報告された。
7. 正会員数は8,275人(2019年7月9日現在)であると報告された。

2019年度第3回 (2019年9月12日開催)

審議事項

1. 学会発表における利益相反ガイドラインについてガイドライン(案)が示され、承認された。
2. 研究会運用に関するQ&Aの追加について学術総会、全国協議会の会期外で独自開催する研究会が他の研究会と合同で開催される際に、継続要件として認められる条件等が提示され承認された。
3. 学会ホームページのセキュリティ向上のため、会員ログイン用のパスワードの設定、管理方法等を改修した。学会誌9月号にメールアドレスの登録依頼や会員ログインの方法等を示したチラシを同封する。地方会へも協力を依頼する。

報告事項

1. 第94回日本産業衛生学会準備状況が報告され、2021年5月18日(火)～21日(金)に、長野県松本市内(まつもと市民芸術館、ホテルブエナビスタ)で開催される予定。
2. 第95回日本産業衛生学会は、四国地方会が担当することとなった。
3. 第31回日本産業衛生学会全国協議会について企画運営委員長は笠島 茂先生に決定した。
4. 専門医制度委員会報告:登録者数(指導医455人、専門医179人、専攻医268人)が報告された。
5. 産業保健看護専門家制度委員会報告:登録者数(上級専門家86人、産業保健看護専門家482人)が報告された。
6. 「職域におけるがん検診マニュアル」の効果的な運用を検討するWG報告:職域におけるがん検診に関するワーキンググループより、前回理事会で寄せられた意見を反映した報告書が提示された。
7. 正会員数は8,338人(2019年9月2日現在)であると報告された

幹 事 会 報 告 よ り

能川和浩 (千葉大)

2019年度 第2回 (2019年9月7日開催)

1. 日本産業衛生学会関東地方会細則の改訂について、事務局より説明があり、役員の役割などを記載する改定案が提案された。
2. 関東地方会研究会(関東地方会が支援する研究会活動)の創設について、諏訪園地方会長から提案がなされ承認された。
3. 第285回例会(2019年4月20日(土)、東京医大)について、小田切当番幹事から開催報告があった。

4. 当日の第286回例会・第63回見学会について、江口当番幹事より説明があった。
5. 第287回例会(2019年11月30日(土)、東邦大、西協当番幹事)の準備状況について事務局より説明があった。
6. 第288回例会(2020年1月11日(土)、慈恵医大)の準備状況が福本当番幹事から報告があった。
7. 第289回例会(2020年4月18日(土)、帝京平成大)の準備状況が鈴木当番幹事から報告があった。
8. 関東産業看護部会の中野幹事から、2019年度産業看護部会研修会の準備状況が報告された。
9. 関東産業歯科保健部会の品田幹事から、第92回日本産業衛生学会(2019年5月22日(水)～25日(土)、名古屋)中に開催されたシンポジウム、2019年度前期研修会およびフォーラムについて報告があった。また、第29回日本産業衛生学会全国協議会にて開催予定の教育講演および産業歯科保健フォーラムについて説明があった。
10. 衛生管理者の集う会の對木幹事より、幹事会、交流研修会、合宿研修会等についての活動報告があった。
11. 多職種連携の会の能川幹事から、第29回全国協議会での自由集会について案内があった。

2019年度 第3回 (2019年11月30日開催)

1. 関東地方会細則の改訂について、事務局から提案があり、承認された。
2. 関東地方会研究会細則について、事務局から提案があり、議論の結果、軽微な修正を加え次回幹事会で諮ることとなった。
3. 諏訪園地方会長から、幹事会議事録を関東地方会選出理事にも送付することが提案され、承認された。
4. 第286回例会(一泊)および第63回見学会について江口当番幹事から開催報告があった。
5. 当日の第287回例会について西協当番幹事から説明があった。
6. 第288回例会について、事務局から準備状況の報告があった。
7. 第289回例会について、鈴木当番幹事から準備状況の報告があった。
8. 関東産業看護部会の中野幹事から、2019年度産業看護部会研修会の開催報告があった。
9. 関東産業歯科保健部会の品田幹事から、第29回全国協議会にて開催された教育講演、シンポジウムについて報告があった。また、関東産業歯科保健部会研修会は、2020年2月22日(土)に口

腔衛生関東地方研究会学術大会と合同で開催予定であるとの報告があった。

10. 衛生管理者の集う会は、事務局から活動報告があった。
11. 多職種連携の会の能川幹事から、第29回全国協議会での自由集会について開催報告があった。
12. 関東地方会ニュース編集委員について、廣田委員(群馬パース大)が退任し、富永委員(JAXA)が就任したことが報告された。

学 会 等 開 催 予 定

第289回関東地方会例会

日時:2020年4月18日(土)

会場:帝京平成大学池袋キャンパス(豊島区)

当番幹事:鈴木勇司(帝京短大)

第290回関東地方会例会(一泊)・第64回見学会

日時:2020年9月25日(金)・26日(土)

会場:栃木県総合文化センター(宇都宮市)ほか

当番幹事:小橋 元(獨協医大)

関東歯科保健部会研修会

日時:2020年2月22日(土)

会場:日本大学歯学部(千代田区)

[第93回日本産業衛生学会](#)

日時:2020年5月13日(水)～16日(土)

会場:旭川市民文化会館(旭川市)ほか

企画運営委員長:吉田貴彦(旭川医大)

第1回日本産業衛生学会産業看護部会学術集会

日時:2020年6月14日(日)

会場:東京有明医療大(江東区)

企画運営委員長:五十嵐千代(東京工科大)

[第30回日本産業衛生学会全国協議会](#)

日時:2020年11月20日(金)～22日(日)

会場:かごしま県民センター(鹿児島市)

企画運営委員長:小田原 努(へるすサポートセンター鹿児島)

実行委員長:彌富美奈子(SUMCO)

[第90回日本衛生学会学術総会](#)

日時:2020年3月26日(木)～28日(土)

会場:アイーナ(盛岡市)

学会長:坂田清美(岩手医大)

23rd ACOH

日時:2020年5月27日(水)~29日(金)

会場:EXCO (Daegu, Republic of Korea)

会長: Jong Uk Won (KSOEM)

第30回韓日中産業保健学会議

日時:2020年5月29日(金)

会場:EXCO (Daegu, Republic of Korea)

* 23rd ACOHと同時開催

第26回日本産業精神保健学会

日時:2020年7月4日(土)・5日(日)

会場:大阪大学コンベンションセンター (吹田市)

大会長:工藤 喬 (大阪大)

第79回日本公衆衛生学会総会

日時:2020年10月20日(火)~22日(木)

会場:みやこめっせ (京都市)

学会長:今中雄一 (京都大)

第28回日本産業ストレス学会

日時:2020年12月4日(金)・5日(土)

会場:国立オリンピック記念青少年総合センター (渋谷区)

大会長:島津明人 (慶應大)

第68回日本職業・災害医学会学術大会

日時:2020年12月5日(土)・6日(日)

会場:アクティシティ浜松コンgresセンター (浜松市)

会長:鈴木茂彦 (浜松労災病院)

The 33rd ICOH

日時:2021年3月21日(日)~26日(金)

会場:Melbourne Convention and Exhibition Centre (Melbourne, Australia)

会長: Malcolm Sim (Monash University)

※掲載を希望される場合は事務局までご連絡ください

年会費納入のお願い

関東地方会事務局

2020年度は役員改選の年です。2020年7月末日までに会費納入が完了していないと選挙権が得られませんのでご注意ください。産業衛生学雑誌3月号(3月下旬発刊予定)に綴じ込まれる払込用紙をご利用ください。

編集後記

2019年7月より編集委員の末席に加えていただきました。地方会ニュースの編集作業を通じて最新の産業保健のトピックに触れ、文章力を磨く機会を得られることをとても嬉しく思います。

実は子供のころから日記や作文といった宿題が得意ではなく、親に手伝ってもらってばかりいました。そんな私が親となり子供の宿題を手伝うようになったことで、ついにそのつけが回ってきたという後悔とともに改めて親のありがたさを感じています。

7月に初めて編集会議に参加したときに感じたのは、委員の先生方が校正し完成されていく記事が、シンプルで誤解されない「スマートな文章」であるとともに、とても表現が豊かで「イメージしやすい」ということでした。なるほど、こう書けば良いのかと早速夏休みの宿題に応用しようとして「子供らしくない」と妻に一蹴されてしまいました。編集作業では記事を読む人のことだけでなく、書いた人の立場に立つことが大切と学んだ瞬間でした。

しばらくの間、私は「編集する」のではなく「編集を学ぶ」ために会議に参加させていただくことになると思います。お寄せくださった記事の品格を損なわない編集者になれるよう、自分を磨いてまいります。(小倉)

昨年のお盆に実家に帰省した際、久しぶりに会った叔母に「太りすぎて誰だか分らなかった」と言われたのを機にダイエットを決意し、お菓子とお酒で徐々に増え妊娠8か月時相当になっていた体重を3か月で5kg減らし、人様に「減量しましょう」と多少は指導しやすくなった。欲を出してあと1~2kg痩せたい気持ちもあるのだが、更年期にさしかかっているとされる年齢での減量は楽な道のりではなく、運動やカロリー計算等を試行錯誤しながら何とか漕ぎ着けた。当面は現状の体重とスローペースで10km走れるようになった持久力維持を目標にする、とここに書くことでスイーツの誘惑に負けてリバウンドしないことを誓いたい。(久保)

編集委員名簿

稲垣弘文、☆大久保靖司、小倉康平、久保恵子、澁谷智明、谷山佳津子、照屋浩司、富永知美、中谷 敦、○能川和浩、原 美佳子、林 知子、宮本俊明、◎山瀧 一、山野優子、山本健也、与五沢真吾

☆顧問 ◎編集委員長 ○事務局 (50 音順)

公益社団法人 日本産業衛生学会

日本産業衛生学会 産業医部会では 部会員を募集しています。

※事前あるいは同時に学会入会手続きを済ませてください。

産業医活動を
仲間と共に！

産業医部会について [活動費2,000円/年]

学会内の産業医の集団(囑託、専属)

部会員数約1,500名

産業医部会報の発行(年3回)

全国協議会の共催と、優秀ポスター賞の授与

産業医プロフェッショナルコースの開催(部会員は参加費5,000円引きの特典あり)

各地方会部会による研修会の開催



産業医部会HP
<https://sangyo-ibukai.org>
産業医部会

お問い合わせ・お申し込み
日本産業衛生学会事務局内 4部会事務局兼用連絡先
〒160-0022 東京都新宿区新宿1-29-8 公衆ビル内
TEL: 03-3356-1536 FAX: 03-5362-3746
E-mail: sanei4bukai@nifty.com

公益社団法人 日本産業衛生学会

日本産業衛生学会 産業看護部会では 部会員を募集しています。

※事前あるいは同時に学会入会手続きを済ませてください。

産業保健
看護活動を
仲間と共に！

産業看護部会について [活動費2,000円/年]

学会内の産業保健師・看護師、約1,600名の組織

現場の実践活動や研究の支援

産業看護部会会報の発行(年2回)

メールマガジンでの最新情報の発信(年4回)

部会企画の各種研修会の参加費優遇

あなたも全国9地方会ネットワークの一員に！



産業看護部会HP
<http://sangyo-kango.org/wp>
産業看護部会

お問い合わせ・お申し込み
日本産業衛生学会事務局内 4部会事務局兼用連絡先
〒160-0022 東京都新宿区新宿1-29-8 公衆ビル内
TEL: 03-3356-1536 FAX: 03-5362-3746
E-mail: sanei4bukai@nifty.com

公益社団法人 日本産業衛生学会

日本産業衛生学会 産業衛生技術部会では 部会員を募集しています。

※事前あるいは同時に学会入会手続きを済ませてください。

産業衛生活動を
仲間と共に！

産業衛生技術部会について [活動費無料]

職場における有害因子(化学、物理、生物、人間工学因子など)の評価・管理・対策技術の研究推進と実践情報の共有

衛生管理者、作業環境測定士、産業衛生技術者、人間工学者等資格にこだわることなく入会できます

研修会の開催(年2回)、フォーラムの開催等
各地方会ごとに研究会・研修会を開催

産業衛生技術部会HP
<http://jsoh-oh.umin.jp>
産業衛生技術部会

お問い合わせ・お申し込み
日本産業衛生学会事務局内 4部会事務局兼用連絡先
〒160-0022 東京都新宿区新宿1-29-8 公衆ビル内
TEL: 03-3356-1536 FAX: 03-5362-3746
E-mail: sanei4bukai@nifty.com

公益社団法人 日本産業衛生学会

日本産業衛生学会 産業歯科保健部会では 部会員を募集しています。

※事前あるいは同時に学会入会手続きを済ませてください。

産業歯科
保健活動を
仲間と共に！

産業歯科保健部会について [活動費無料]

学会内の歯科医師・歯科衛生士のみならず産業歯科保健に関心のある方すべてが対象

部会員数約220名

学会・全国協議会にてフォーラム・研修会を開催

学会・全国協議会にてシンポジウム・教育講演を共催

部会ホームページやメールマガジンによる情報提供

地方会の各歯科部会にて研修会を開催



産業歯科保健部会HP
<http://occup-oh.umin.jp>
産業歯科保健部会

お問い合わせ・お申し込み
日本産業衛生学会事務局内 4部会事務局兼用連絡先
〒160-0022 東京都新宿区新宿1-29-8 公衆ビル内
TEL: 03-3356-1536 FAX: 03-5362-3746
E-mail: sanei4bukai@nifty.com