



独立行政法人 労働者健康安全機構
山形産業保健総合支援センター

職場における産業保健活動を無料で支援します。

TEL.023-624-5188
受付時間：平日8:30～17:15

さんぽ山形メールマガジン 第160号

2021/06/24

Y a m a g a t a

山形産業保健総合支援センター メールマガジン 第160号

2021年6月24日 発行

Y a m a g a t a

日頃より当センターをご利用いただき、誠にありがとうございます。

本日は「さんぽ山形メールマガジン」の第160号をお届けいたします。

研修会・セミナーにつきましては、新型コロナウイルス感染症感染防止対策を確実に講
じながら開催するとともに、WEBによる研修会等も企画して参ります。

随時ホームページ等においてご案内いたしますので、ご参加くださいますようお願いい
たします。

☆☆

〇〇産業保健相談員からの寄稿〇〇

今回は当センターの産業保健相談員である菅原保氏（担当分野：産業医学）からの寄稿
文をご紹介します。

-----*

「職場における新型コロナワクチン接種について」

産業保健相談員（産業医学担当）菅原 保

新型コロナウイルス感染症が猛威をふるって二度目の緊急事態宣言が出されましたが、
4月から高齢者のワクチン接種が始まり、一部の地域では6月から65才未満の方へのワク
チン接種も始まっています。7月には皆さんの手元へワクチン接種券が郵送され、本格的
に接種が開始されます。

今回は職場でのワクチン接種の注意点と進め方についてお話しします。

まず、ワクチン接種ができないのは、基礎疾患が重篤で主治医から禁止と指示された場
合、アナフィラキシーショックという強いアレルギー反応を起こしたことのある方のみで
、それ以外は注意すれば実施することが可能です。

65才未満の方のワクチン接種は基礎疾患のある人から優先して始まります。基礎疾患は厚生労働省の示す14疾患（慢性の呼吸器病、心臓病、高血圧症、腎臓病、肝臓病、糖尿病、血液疾患、免疫の機能が低下する病気、免疫の機能を低下させる治療を受けている、神経疾患や神経筋疾患、染色体異常、重症心身障害、睡眠時無呼吸症候群、重い精神疾患や知的障害など）で通院や入院をしている人とBMI 30以上の肥満の方が対象となります。これら基礎疾患のある人は、かかりつけ医での接種が勧められますが、できない場合は集団接種を予約して受けることになります。

ワクチン接種は2回接種が必要です。現在使われているファイザー製のものは1回目を接種してから3週間後に2回目を接種します。今後、大学などの大規模集団接種で使用されるモデルナ製のものは2回目は4週間後に接種します。

ワクチン接種で最も注意が必要なのは、ワクチン接種後に起こる副反応です。

接種直後では、アナフィラキシーショックという強いアレルギー反応が重篤でただちに救急処置が必要です。発生頻度は100万回に81件の頻度でインフルエンザワクチンより少ないと報告されています。

次に血管迷走神経反射というワクチン接種後の血圧低下によるめまい、失神があります。こちらは横になって頭を低くする、点滴をするなどで改善します。これら接種直後の副反応をみるため接種後15分間の待機時間が設定されています。（強いアレルギーや血管迷走神経反射の既往のある人は30分に延長します）

これら副反応があるためワクチン接種には救急処置の準備が必須なので、自治体、大学などワクチン接種体制が整っている集団接種、職域で同様の接種体制を整えて行う集団接種、医療機関を受診して行う個別接種で行います。

次に、接種した翌日に起きる副反応が問題になります。厚生労働省の研究班の調査(6/7現在)では、37.5度以上の発熱が1回目3.3%、2回目38.5%、倦怠感が1回目23.2%、2回目69.5%、頭痛が1回目21.4%、2回目53.6%で、いずれも2回目で大幅に増えており、若年層や女性で頻度が高くなっていました。一方、接種部位の痛みは1回目92.2%、2回目90.3%でした。研究班では2回目接種翌日の勤務は控えるよう勧告していましたが、それでも病休者は6.4%（時間休暇含む）みられています。

従って、副反応を起こす人が同時期、同職場に集中すると業務に支障をきたすため、接種日をずらして受ける「計画的な分散接種」も勧められています。特に2回目の接種翌日に多いので、2回目ワクチン接種は翌日仕事がない日に予約する、翌日は特別休暇にしておくなどの対応が必要です。

これら副反応は1日～数日で自然に消失しますが、発熱、頭痛はアセトアミノフェン等の解熱鎮痛剤を準備しておくといよいようです。

以上、ワクチン接種について述べましたが、詳細は産保センターや厚生労働省ホームページ、自治体の広報誌等を参考にして下さい。

ワクチン接種を出来るだけ早く終えて、コロナ禍が一段落して、以前のような普通の年末を迎えられるよう、感染対策に引き続き注意しながらがんばりましょう

☆☆

◆◆研修会・セミナー等のご案内◆◆

○【WEB研修会】「中小企業でのメンタルヘルス対策支援」研修会(第138回産業メンタルヘルス研修会)

研修対象者 人事総務担当者、保健師・看護師・衛生管理者等の産業保健に関わる方

【研修のねらい】

健康経営や健康いきいき職場づくり、働き方改革など様々な施策を通して、心身ともに健康で働ける職場環境にしていこうと多くの取り組みが行われています。私も積極的に中小企業にポジティブメンタルヘルスを提供して、職場環境改善につなげてまいりました。しかしなら、昨年からの新型コロナウイルス感染症の流行により企業への対応が変わり、第1次予防から第2次、第3次予防と路線変更となりました。

それぞれの立場の方々へ、それぞれ状態や状況に合わせた対応を考えながら、ほとんどの方々が離職せず復職を果たしております。また、これらを通じて再びポジティブメンタルヘルスにつながっていくところも出てきております。

今回はこの1年数カ月の企業対応も含めた取り組み事例をお伝えできればと思っております。

皆様の企業で生き生きと働くことのできる職場づくりを進める一助になればと思います。

【研修内容】

- ・ポジティブメンタルヘルスが注目されるわけ
- ・働く人のポジティブメンタルヘルスを決めるもの
- ・経営として取り組む意味は何か
- ・具体的な取り組み事例
- ・ポジティブメンタルヘルス向上のために

日時 令和3年7月8日（木）14：00～16：00

会場 山形産業保健総合支援センター Web会議システム『Zoom』

講師 有限会社マイルストーン 代表取締役 八矢 浩 氏

詳しい案内はこちら→

<https://www.yamagatas.johas.go.jp/training/docs/3.7%E7%94%A3%E3%83%A1%E3%83%B3%E7%A0%94%E3%83%AA%E3%83%BC%E3%83%95>

お申し込みはこちらから →

https://www.yamagatas.johas.go.jp/training/2021/06/entry_1160.html

○【WEB研修会】「活性化！衛生委員会を活用しましょう！」研修会

研修対象者 事業者・人事総務担当者・衛生管理者等の産業保健に関わる方

【研修のねらい】

何を話したらいいかわからないまま、マンネリ化していたり、安全パトロールの反省会で終わってしまうような、衛生委員会になっていませんか？

衛生委員会で話し合うべきことは、たくさんあります！

防災防止・職場環境など、職場での生活をより安全により快適にするために衛生委員会

を活用していきましょう！

衛生委員会に関連して、衛生管理者など、労働衛生管理体制についてもふれてみます。

【研修内容】

独立行政法人労働者健康安全機構発行の「衛生委員会活性化テキスト」に沿った内容になります。受講申込みの方には当該テキストの原本を事前に郵送いたします。

日時 令和3年8月25日（水）14：00～15：00

（終了時間は多少前後する場合があります。）

会場 山形産業保健総合支援センター WEB会議システム『Z o o m』

講師 ・山形産業保健総合支援センター 産業保健相談員（産業医学）

・武田内科胃腸科医院 副院長

武田 由美子 氏

詳しい案内はこちら →

<https://www.yamagatas.johas.go.jp/training/docs/3.8.25%E3%80%8C%E6%B4%BB%E6%80%A7%E5%8C%96%EF%BC%81%E8%A1%9B%E7%94%99>

お申し込みはこちらから →

https://www.yamagatas.johas.go.jp/training/2021/06/entry_1162.html

・当センターHPの申し込みフォームよりお申込みください。受講申込みの方には、研修開催前の一週間前後に招待メールをお送りいたします。開催日3日前でも届かない場合やご不明な点がございましたら、お手数ですが当センターまでご連絡ください。

・なお当日はカメラ付きパソコン及びマイク付きヘッドフォン等をご用意の上ご参加ください。また同一機関から複数名ご参加される場合は、一人ずつ別々にログインするようお願いいたします。

～WEB研修会について～

当センターにおけるWEB研修会は『Z o o m』というオンライン会議システムを使用します。研修会の参加につきましては、ブラウザからのアクセスも可能ですが、アプリケーションソフト「Z o o m」をダウンロードしてのご参加をお勧めします。アプリケーションソフトのインストール可否については、状況に応じ社内システム管理者様にご確認の上、ご対応ください。

研修会当日、音が出ない・画像が映らない等の不具合がありましたら当センターまでご連絡ください。

☆—— Topics ———☆

○安全衛生・労務管理・労働保険に関する行政機関等からの情報○

【1】山形労働局では、7月1日から7日までの1週間、「全国安全週間」を実施します。

今年で94回目となる全国安全週間は、労働災害を防止するために産業界での自主的な活動の推進と、職場での安全に対する意識を高め、安全を維持する活動の定着を目的としています。

また、山形労働局独自の取組として、「令和3年度全国安全週間県下一斉安全パトロー

通（１種類）の教材を用意していますので、事業場における安全衛生教育に、ぜひご活用ください。（平成31年度委託事業「安全管理支援事業（安全衛生教育教材の作成）」・令和２年度委託事業「外国人安全衛生管理支援事業（安全衛生教育教材の作成）」）

【６】厚生労働省より、化学物質の使用実態に応じた職場の安全衛生教育のための資料が公表されました。

化学物質を適切に取り扱い、また、労働災害を防ぐためには、労働者自身が自ら取り扱う化学物質の危険有害性やリスクを理解することが重要であり、事業者には労働者の理解を促すための労働者教育の実施が求められます。

既に令和元年度の厚生労働省委託事業「ラベル・SDS活用促進事業」で、教育担当者が職場で労働者に化学物質の危険有害性やリスクに関する教育を行う際の資料を作成していますが、教育用資料は、職場で取り扱う化学物質や作業、関連する災害事例等、事業場の実態に応じたカスタマイズが行われることが考えられます。

このため、教育担当者が職場の実態に応じて教育用資料を選択したり、組み合わせたりできることを考慮した資料を作成しました。

資料の案内ページはこちら → https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_19390.html

【７】山形労働局より、エックス線装置の点検作業時における被ばく防止の徹底について周知依頼がありました。

本年５月２９日に、専用の測定室に設置された鋼材の膜厚を計測するエックス線装置の点検作業に従事していた作業員２名が被ばくする災害が発生。

エックス線装置の点検作業に作業員２名が従事している間、当該装置からエックス線が照射されたままの状態になっており、大量の放射線に被爆をしたものです。

類似の災害発生を防止するための当面の対応を含む周知依頼文はこちら
<https://www.yamagatas.johas.go.jp/news/docs/%E5%8A%B4%E5%83%8D%E5%B1%80%E3%80%80%E5%91%A8%E7%9F%A5%E4%BE%9D%E9%9B>

【８】山形労働局より、有害物ばく露防止対策補助金の実施に係る周知について協力要請がありました。

本年４月の特定化学物質要害予防規則等の改正により、金属アーク溶接等作業で発生する溶接ヒュームが特定化学物質として規制されるとともに、屋内で継続的に行われる金属アーク溶接等については、溶接ヒュームのばく露測定、測定結果に応じた呼吸用保護具の使用等が義務付けられ、順次施行されることとなりました。

今般、改正特化則の経過措置期間中の中小企業におけるばく露防止措置の取組みを支援するため、溶接ヒュームばく露測定に要する費用の一部を補助する「有害物ばく露防止対策補助金」が委託事業により実施されることとなったものです。

協力要請文並びに関係リーフレットはこちら
<https://www.yamagatas.johas.go.jp/news/docs/%E5%91%A8%E7%9F%A5%E5%8D%94%E5%8A%9B%E8%A6%81%E8%AB%8B%E6%96%87%E3%9C%A8>

【９】厚生労働省からの「令和３年度エイジフレンドリー補助金」に関するお知らせです。

申請受付期間：令和３年６月１１日（金）から１０月末まで

令和３年度の補助事業者は「一般社団法人日本労働安全衛生コンサルタント会」に決定い

たしました。

リーフレット → <https://www.mhlw.go.jp/content/11300000/000791930.pdf>

〇〇新型コロナウイルス感染症に関連する情報〇〇

【1】厚生労働省ホームページにおいて、昨日（6/10）職域接種に関するお知らせが掲載されました。

・職域接種に関するお知らせ

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/vaccine_shokuiki.html

・新型コロナワクチンについて

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/vaccine_00184.html

【2】厚生労働省より公表されている「職場における新型コロナウイルス感染症の拡大を防止するためのチェックリスト」（令和3年2月12日版）

<https://www.mhlw.go.jp/content/000657665.pdf>

【3】厚生労働省より公表されている「職場における新型コロナウイルス感染症対策実施のため ～取組の5つのポイント～を確認しましょう！」のリーフレットをご紹介します。

<https://www.mhlw.go.jp/content/11302000/000736900.pdf>

【4】新型コロナウイルスに関するQ&A（企業の方向け）が随時更新されております。

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/dengue_fever_qa_00007.html#Q6-2

【5】独立行政法人労働者健康安全機構では、「会議を行うにあたって新型コロナウイルス感染症の感染防止のためのポイント」のビデオを制作しました。（5分19秒）

このビデオは会議を行うにあたって新型コロナウイルス感染症の感染リスクを下げる5つのポイントを紹介していますので、是非ご活用ください。

・会議を行うにあたって新型コロナウイルス感染症の感染防止のためのポイント

→ youtube

https://www.youtube.com/watch?v=tbz-hgZW-p4&feature=emb_logo

→ 機構本部ホームページ内 掲載箇所URL

<https://www.johas.go.jp/sangyouhoken/johoteikyo/tabid/1923/Default.aspx>

【6】独立行政法人労働者健康安全機構では、「職域のための新型コロナウイルス感染症対策ガイド」を公表した一般社団法人日本渡航医学会及び公益社団法人日本産業衛生学会の協力を得て、職場における新型コロナウイルス感染症予防対策を進める上でのポイントを解説するビデオを制作しました。

このビデオは、産業医や産業保健スタッフの選任義務がない事業所でご活用いただけるように作成しておりますが、中小事業所に選任されている産業医の方々にも参考としていただけるものと思います。さらなる情報としては、上記のガイドや、新型コロナウイルスに関するQ&A（企業の方向け）（厚生労働省）などが参考となります。

・職場における新型コロナウイルス感染症予防対策を推進するためのポイント

→ <https://www.johas.go.jp/sangyouhoken/johoteikyo/tabid/1764/Default.aspx>

【7】各都道府県にある産業保健総合支援センターでは、事業場における新型コロナウイルス感染症対策に係る産業保健に関する相談に対応しておりますので、事業場における新型コロナウイルス感染症対策に係る産業保健に関してご不明な点がございましたら、最寄りのセンターまでお問い合わせください。

当センターの本部となる独立行政法人労働者健康安全機構のHP内、「職場における新型コロナウイルス感染症対策」に関するページをご紹介します。

<https://www.johas.go.jp/sangyouhoken/johoteikyo/tabid/1761/Default.aspx>

【8】厚生労働省における新型コロナウイルス感染症に関する各種お知らせについてご案内します。

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html

【9】厚生労働省より、新型コロナウイルス接触確認アプリ（COCOA）について情報更新されています。

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/cocoa_00138.html

【10】「働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト『こころの耳』」における新型コロナウイルス感染症対策（こころのケア）を紹介いたします。

「働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト『こころの耳』」は、令和2年度の厚生労働省委託事業として一般社団法人日本産業カウンセラー協会が受託して開設しています。

サイトの目的は、職場のメンタルヘルス対策（自殺予防対策を含む）及び過重労働対策について、事業者、労働者、家族等への的確な情報提供の基盤を整備することです。「どこに相談すればよいのか」、「どのように取り組めばよいのか」、「どのような支援があるのか」などの様々な疑問に、既存の情報と新規に作成する情報を一元化して「探しやすい」、「見やすい」、「理解しやすい」情報として提供することを目的としています。ご活用ください。

https://kokoro.mhlw.go.jp/etc/coronavirus_info/

〇〇治療と仕事の両立支援について〇〇

【1】令和3年度両立支援コーディネーター基礎研修の日程です。令和2年度に引き続きオンライン形式で研修を開催いたします。

・日程・申込方法等はこちらから

→ <https://www.johas.go.jp/ryoritsumodel/tabid/1968/Fefault.aspx>

【2】通院等の治療が必要な疾病を抱える労働者が業務によって疾病を悪化しないよう、また、治療と仕事の両立のために必要となる一定の就業上の措置や治療に対する配慮を事業者が行うことは、労働者の健康確保対策等として位置づけられており、現在、治療と仕事を両立できる職場環境が必要となっています。山形産業保健総合支援センターでは、治

療を続けながら安心して働くことができる職場づくりを無料で支援しております。

<https://www.yamagatas.johas.go.jp/consultation/compatibility.html>

〇〇メンタルヘルス対策関係〇〇

【1】厚生労働省が運営するサイト「こころの耳」をご紹介します。

過労死・うつ病・自殺予防、職場復帰、パワハラ・セクハラ対策。

また、労働者本人、家族、事業者・上司・同僚、支援者といった各立場の人向けのコンテンツもあり。

さらにはストレスチェック制度に関することや相談窓口案内等、情報が豊富です。

当センターホームページの「メンタルヘルス対策支援」ページ下部の関連サイトにおいても「こころの耳」のバナーを設置しています。

<https://kokoro.mhlw.go.jp/>

【2】山形産業保健総合支援センターにおいて、メンタルヘルス対策に関する4つのミニ研修動画を作成しました。

事業場内におけるメンタルヘルス対策に関する研修等にご活用ください。

講師は、当センターのメンタルヘルス対策促進員 鈴木洋子氏です。

・「メンタルヘルスについて 1」～ストレスってなんだろう～（約10分）

<https://www.yamagatas.johas.go.jp/news/videos/%E3%83%9F%E3%83%8B%E7%A0%94%E4%BF%AE%E5%8B%95%E7%94%BB0928.mp4>

・「メンタルヘルスについて 2」～4つのケア～セルフケアって？（約10分）

<https://www.yamagatas.johas.go.jp/news/videos/%E3%83%9F%E3%83%8B%E7%A0%94%E4%BF%AE%E5%8B%95%E7%94%BB1023.mp4>

・「メンタルヘルスについて 3」～4つのケア～ラインケアって？（約9分）

<https://www.yamagatas.johas.go.jp/news/videos/%E3%83%9F%E3%83%8B%E7%A0%94%E4%BF%AE%E5%8B%95%E7%94%BB1113.mp4>

・「メンタルヘルスについて 4」～コミュニケーションのコツ～（約10分）

<https://www.yamagatas.johas.go.jp/news/videos/%E3%83%9F%E3%83%8B%E7%A0%94%E4%BF%AE%E5%8B%95%E7%94%BB1127.mp4>

【3】厚生労働省より、事業場におけるメンタルヘルス対策の取組事例集が公表されています。

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000055195_00007.html

・リーフレット（全体版）→ <https://www.mhlw.go.jp/content/000615709.pdf>

【4】労働者健康安全機構では、ストレスチェック制度実施に係る専門的な相談に応じ、解決方法等を助言するための専用電話相談窓口「ストレスチェック制度サポートダイヤル」を平日（年末年始及び祝休日除く）に開設しております。

是非ご活用ください。

・電話番号

全国统一ナビダイヤル：0570-031050

・開設時間

平日10時から17時まで（土曜、日曜、祝日、12月29日から1月3日を除く）

<https://www.johas.go.jp/sangyouhoken/helpline/tabid/1008/default.aspx>

編集内容等に関するご要望・ご意見・ご質問等をお待ちしております。

図書の貸出リストや申込みはホームページをご覧ください。

メールアドレスの変更や配信停止の場合は、当センターホームページ【メルマガ・情報誌申込】フォームか、次のアドレスまでご連絡ください。

メルマガ配信に関しての個人情報は本目的以外には使用いたしません。

＋編集・発行＋

独立行政法人労働者健康安全機構 山形産業保健総合支援センター

〒990-0047 山形市旅籠町3-1-4 (食糧会館4F)

TEL 023-624-5188 FAX 023-624-5250

【URL】 <https://www.yamagatas.johas.go.jp/>

【E-MAIL】 sanpo06-kenkou@yamagatas.johas.go.jp
