

和歌山

求められる和歌山さんぽづくり

和歌山産業保健総合支援センター 副所長 三木 邦章

紀州55万石、徳川御三家のひとつ紀州藩の居城「和歌山城」の袂に和歌山産業保健総合支援センター（以下「和歌山さんぽ」という。）があります。付近には、暴れん坊将軍こと8代将軍「徳川吉宗公」の銅像も立っています。



▲徳川吉宗公之像

和歌山ラーメンに梅、みかんなど、食べ物はいまのばかり、熊野古道に高野山な

どの自然豊かな世界遺産、また、白浜のパンダに三毛猫のたま駅長（今はニタマ駅長）も全国的に有名です。

さて、新型コロナウイルス感染症の影響で、和歌山さんぽの研修風景も大きく様変わりして、認定産業医研修会以外の研修会のほとんどはWeb方式となっております。南北に長い和歌山県内だけでなく、全国各地にライブ配信できる体制は整っており、より多くの産業保健関係者に受講していただきたいと思ひます。

和歌山さんぽの知名度アップのPRのため、昨年度は県安全衛生大会に特設ブースを設け、訪れた方に実際に血圧を測っていただき、和歌山さんぽが行っている専門的相談対応や個別訪問による産業保健指導等を紹介するなどの取組を実施しました。今年度も産業保健専門職が地元テレビ局の生放送番組に出演して、職場におけるメンタルヘルス対策としての五月病の症状や原因、予防のポイントなどを解説しました。また、ホームページやメルマガから情報を入手し、研修会に申し込む方が圧倒的に多



▲和歌山県安全衛生大会の特設ブース



▲和歌山産保 外観（和歌山県日赤会館7階）

▶和歌山城



いので、ホームページのリニューアルを予定しているほか、メルマガに愛称「わさんぽちゃん」を命名することで、受講者の増加を図っています。さらに、集合形式+ライブ配信+オンデマンド配信のいわゆるハイブリッド開催の研修へもチャレンジしたいと考えています。

さらに、重点事項の治療と仕事の両立支援についても、和歌山労働局及び和歌山県地域両立支援推進チームのご協力を得て、県内1,044の事業場に対し今後の支援に繋げるために、現状の取組についての実態調査を実施しました。今後、相談窓口や担当者の有無、社内制度などの結果をまとめ、両立支援促進員の個別訪問支援の際の基礎資料として活用することで、事業場での両立支援コーディネーター育成や活動の支援を行っていきます。

近年の産業保健活動総合支援事業は、長時間労働者の健康確保対策やメンタルヘルス対策、さらに化学物質による健康障害防止対策なども含め、幅広い事業が求められており、和歌山さんぽにおいても県医師会、郡市医師会及び県下5か所の地域産業保健センターと連携を図り、事業を推進していきます。

今後も、和歌山さんぽでは、産業保健関係者の皆様に求められるサービスを提供できるよう努力してまいりますのでご支援よろしくお願ひいたします。

（注）労働者健康安全機構
和歌山産業保健総合支援センター

メルマガ「わさんぽちゃん」会員登録中！！

メルマガ登録するとメールマガジンで最新の研修情報やイベントのご案内が送られます！

- 産業保健や関係法令の最新情報
- 産業保健活動の現場レポート
- 各種研修案内

QRコードで登録

メールマガジン登録フォーム

※登録料はかかりません。

〒640-8137 和歌山県和歌山市下丁1-1-22 和歌山県日赤会館7階

TEL 073-421-8990 FAX 073-421-8991

和歌山産保「わかやまさんぽ」です！

「和歌山産保」で検索 →

▲メルマガ「わさんぽちゃん」申込書

ノーリフティングケアを普及させ 腰痛発生件数の減少に取り組む

高知産業保健総合支援センター 副所長 梅原 俊明

高知産業保健総合支援センター（以下「当センター」という。）は高知市内の中心にある高知城近くの県医師会・市医師会・市保健所などが入居している総合あんしんセンター内に事務所を置いています。総合あんしんセンター内には、大会議室（定員300人）と中会議室（定員80人）があり、それらの会議室を利用して各種研修会を開催していますのでその研修について紹介します。



◀センター外観



▶サテライト会場へのWeb
配信機材

受講者の利便性を図るため サテライト会場を設置

高知県は、東は室戸岬から西は足摺岬まで全長約230Kmと東西に長い県であり、高知県の中心部にある高知市で研修会を開催した場合、東西の端から会場まで来ると、車で2～3時間かかり、大変不便な状況が続いていました。また、研修のアンケートで東西の受講者より近くで開催してほしいとの要望もあり、そこで当センターとしてもこの不便さを解消するために、高知県医師会・郡市医師会のご協力を得て、令和2年度より東は安芸市、西は四万十市でサテライト会場を設置することができました。最近では受講者より「仕事を休まなくても研修会に参加できる」と大変好評を頂いております。

高知家ノーリフティングケア宣言

人口約71万人、高齢化率34.4%（平成30年3月推計）と、高知県は少子高齢化が急激に進んでおり、人口減少率は全国平均の15年先行、高齢化率は10年先行していません。高齢化が進むにつれて介護を必要とする方の数は増

えますが、若者の減少もあり年々人材確保は困難になり、今後を考えると介護業界において安定した人材確保できる体制づくりは必須となっています。このような状況の中で、高知県としては、現在働いている職員の腰痛を予防して休職や離職をなくすことで「介護＝腰痛を引き起こす重労働」という現状の解消とイメージ払拭を図るために、ノーリフティングケア^{*1}を通じて介護業界の意識と働き方を変える取り組みを推進し、平成28年度には全国に先駆けて「高知家ノーリフティングケア宣言」を掲げ、介護する側・される側双方の健康と安全の保障できるノーリフティングケアを本県のスタンダードなケアとすることを目指しており、現在では県内多くの社会福祉施設、医療機関でノーリフティングケアが実践されています^{*2}。

当センターにおいてもノーリフティングケアを普及させることを目的として、（一社）ナチュラルハートフルケアネットワークのご協力を得て研修を行っています。令和元年度はノーリフティングケアの現地研修、令和3年度はコロナ禍の状況で実地は難しかったため、講義方式にて「高知県の腰痛予防の取り組み」と題して県内のノーリフティングケアの現状などの講話を頂きました。研修内容については受講者からも大変好評で、中には導入に向けて現在検討している事業場が見受けられるなど、研修を行うことにより一定の普及も見られる状況です。

今後も当センターの研修が更なる普及の一助となり、腰痛の発生件数が少しでも減少することを願い継続して開催していく考えです。



（左）高知産業保健総合支援センター
（右）高知家まるごとノーリフティング HP



▲ノーリフティングケア
宣言ポスター

※1 人力のみの移乗を禁止し、患者の自立度を考慮して福祉用具を活用しようという考え方、また腰痛予防のための取組。

※2 高知県内のノーリフティングケアの普及状況などについては、「高知家まるごとノーリフティング」HPにて紹介されています。

参考文献

ノーリフティングケア宣言ガイドブック（高知県/日本ノーリフト協会高知支部発行）