



寺田 はやと ● 帝京大学医学部卒業。1991年 東京都衛生局、主に地域保健活動に従事し、1995年 産業医資格取得後、区役所、図書館、清掃事務所の産業医を兼務。1998年 国立公衆衛生院 (MPH取得)、2002～2004年 国立保健医療科学院 (DPH取得)、2010年 独立行政法人統計センター専属産業医。2012年 独立、中小企業の嘱託産業医、医師会、教育機関・学術団体での活動を展開し現在に至る。東京五輪2020 救護所従事。日本温泉名人(日本温泉協会認定)、ワインエキスパート (JSA認定)、ナチュラルチーズソムリエ (JIA認定) など本務以外の資格多数。

## 医学以外の知見との合わせ技で信頼を獲得 ～予防を重視した積極的産業保健活動を展開～

今回お話を伺ったのは開業型産業医事務所の代表で、公益社団法人東京都医師会産業保健委員会委員長の寺田勇人さん。積極的産業保健活動を信条に、医師としての専門性と幅広い健康増進活動を融合させた、独自の「合わせ技による産業保健への取組み」を展開している。東京都医師会では、産業保健委員会を運営。主な取組み内容は、地域産業保健センター間の調整や情報交換、産業医研修会の開催、都内の産業医実態調査、ホームページに関することなどである。特にホームページでは、コラム「産業保健のさんぽみち」、「健康講座に使えるフリースクール」の掲載とともに、2024年1月25日には、初めての試みである「産業医の手引(第10版)\*」の電子書籍化にも携わるなどマルチな活躍をされる寺田さんに、活動のポイントと後輩育成への思いなどを伺った。

### 企業の数が減り産業医が淘汰される時代 信頼される産業医となる3つのポイント

現在、開業型産業医として6企業・団体と契約しています。多いときは現在の2倍でしたが、還暦を過ぎたこともあり、後輩に少しずつ仕事を譲り、私自身は社会貢献的な仕事にシフトしています。産業医活動を始めて約30年、世のなかの動きを見ると、産業医にとって厳しい時代が来るというのは間違いないと思います。産業医が増えて企業数が減る。よって産業医同士の競争が激しくなり、これまでと同じような活動では淘汰されてしまうでしょう。そうならないように産業医の存在価値を高めていくことが必要だと痛感しています。

ただし、それはそれほど難しいことはありません。常にクライアント企業とのコミュニケーションを密にして信頼に足る存在になることです。一方で、新宿区医師会で産業医担当理事を務めていたとき、企業から

「産業医を替えてほしい」と相談を受けたことがあります。そうした相談があるたびに苦しい思いをしました。不満の内容を訊ねると診療が忙しいとの理由で「会社に全然来てくれない」「委員会でコメントを求めても、いつも『特にありません』の一言だけ」といった産業医側の活動姿勢に帰着するものでした。それで毎月何万円もの報酬を支払っていることに対する不満が大半なのです。

ではそうならないためにどうすればよいか、私は産業医研修会などでは次のようにアドバイスしています。

1. 契約に定めた頻度で企業を訪れること、予期せぬ救急的対応で行けなくなったら別日を調整すること。
2. 安全衛生委員会では必ず何らかのコメントをすること。

指摘事項がないと「なにもありません」となりがちですが、そうした場合でもなにか一言必ずコメントするように心がけるだけで信頼関係は強くなるものです。

3. 社員さんとの面接で勤務上の配慮が必要となった場合、必ず本人を交えて上司や人事部門と調整及び確認をすること。

ここで2つ目にあげたアドバイスについて具体的にどう活動しているかの一例を紹介します。安全衛生委員会でコメントすることがなければ健康や安全に関する小話を5分程度披露しています。春なら「花粉症」、暑い時期は「熱中症」「食中毒」、秋は「食育」「ストレッチ体操の実技」、寒冷時期は風邪やインフルエンザ予防といった身近な話題でいいのです。その他にも社内報に健康に関する記事を書いてみたり、年に一度健康講座を開催したりするなど、ニーズに応じています。東京都医師会の公式サイトに健康講座に使えるフリーツール\*\*がアップされていますので追加、加工して活用してみてもいいでしょう。

## 医療以外の知見との合わせ技で話題を提供し信頼感を醸成する

現代は、ちょっとした言動がインターネット上で思いがけない方向に炎上したり、トラブルや苦情、訴訟にまで発展する時代です。また、個性が豊かなさまざまな働き手が増え、生き方や働き方の多様化の時代でもあります。そんななかで産業医の活動もこれまで以上に本人のみならず周囲の職場環境や家庭への配慮などを十分に行い、慎重に進めなければなりません。しかしそんな時代だからこそ、私は萎縮することなく、積極的産業保健活動を行っていくべきだと考えています。積極的産業保健活動というのは臨床という積極的治療と同じ理念です。例えば特効薬があるとします。よく効く薬ほど副作用が強い。しかし副作用を恐れて当たり障りない薬を使えばリスクは減りますが劇的な効果も見込めません。産業医活動も同じで、当たり障りのない意見や活動をしていれば責任を問われることはないでしょう。しかし私の信条は「何事も予防が大事」ということです。ときには、本人にとっては厳しい課題を与えたり、企業側に負担が大きいアドバイスをすることがあります。心を込めて。それが積極的産業保



新宿労働基準監督署・(一社)新宿労働基準協会主催による労働衛生週間説明会にて「職場でできる、肩こり・腰痛に効くストレッチ体操」を実演講義

写真提供：(一社)新宿労働基準協会

健活動だと考えます。もちろんこうした活動を行うには組織や対象者本人との強い信頼関係が必要です。だからこそ前段で申し上げた3つのポイントを日頃から積み重ねていくことが大切なのです。

また、私自身の経験から産業医の後輩たちへのお奨めは柔道の「合わせ技」のように産業医資格の他にもなにかもうひとつ別分野の技能を組み合わせることで活躍の場を大きく広げる、ということです。例えば専門が整形外科医であれば「健康と運動」「転倒予防」などに関する活動を産業保健の現場で取り入れれば合わせ技となって自身の特色となります。私の場合は温泉、お酒、発酵食品などなど、一見本業とは関係のない別分野の資格と組み合わせ話題を提供することで産業保健や健康増進に興味を持ってもらうことができます。私の仲間にはマジシャンとして、企業のイベントなどでマジックを披露して交流を深めている先生もいらっしゃいます。そうしたなかで信頼関係が構築され、働いている人たちとの親睦や交流、共通課題、自己研鑽などにも結びつくのであれば素晴らしいことだと思います。今後も信頼を基盤とした積極的産業保健活動と具体的な事例の積み重ねが、企業の健康意識向上や働き方改革を支える力になると信じて活動を続けていきます。

\*「産業医の手引(第10版)」

<https://www.tokyo.med.or.jp/sangyoi/guidance>

\*\*健康講座に使えるフリーツール：利用する場合は申請が必要。健康講座に使える新しい情報が随時アップされる。

<https://www.tokyo.med.or.jp/sangyoi/tools>