

茨城

地域の産業を支える人を応援すること

茨城産業保健総合支援センター 産業保健相談員 鈴木 弘美

最初に茨城県の魅力から。まずは海。太平洋側には、いくつもの海水浴場もありますが、それぞれ表情が違います。海沿いの道を北から南へ車で走るのは気持ちのよいものです。そして山。筑波山は四方の市町村から眺めると形が異なり、時期によっては、紫峰（深い紫色）に見えるときがあります。周辺は農業も盛んで、美味しい野菜がたくさんあります。県内のエリアごとに種類の異なる野菜の広い畑があり、個人的には鉾田や大洗エリアの人参畑が好きです。西のエリアでは稲の緑のなかに、麦が黄金色や赤褐色に輝いて見えます。また、私は海の近くに住んでいるので河口付近しか見ることはありませんでしたが、山を臨む筑西エリアの勤行川には11月頃にサケが遡上してきます。その姿を初めて見たときには「よくぞ、こんな遠くまで」と涙が出てきました。また、立ち並ぶ工場も精密部品から大型のものまであり、食品製造も盛んです。「え！ これも茨城でつくっていたのかあ」と驚くことも多いです。工場の方々はその製品について熱く語られます。知れば知るほど「自然と産業の豊かな地域なのだなあ」と思います。

私はさんぽセンターに関わるようになり15年が経ちました。当時メンタルヘルス対策促進員として中小企業を事業周知訪問していると「安全対策は取り組んでいるけれどねえ、メンタルヘルス対策は自前で各自にやってもらわないと」とよくいわれたものです。ラインケア研修では参加者が全員男性ということも多く「女の講師は初めてだ」などといわれました。ときを経て、いまではずいぶんと状況も変わりました。ラインケアやセルフケア研修も「コミュニケーション」、「ハラスメント」、「世代間ギャップ」などについても織り込んでほしいといわれることも多くなってい

ます。2020年からは産業保健相談員も兼務となり、「職場のメンタルヘルス相談室」も担当しています。

最近の傾向としては、当事者というよりも周囲が困って相談に来るケースが多くなりました。メンタル不調で休職または復職させることについての相談も増え、両立支援の担当との連携も多くなりました。発達障害についての相談も多く、私自身が自助グループに関わっていることもあり、関わり方のポイントをお知らせすることもあります。数年前から【チーム支援】を意識するようになりました。しかし、意外にこれが難しく、悩んでいたときに「ファシリテーションだ！」と思い当たりました。この場合のファシリテーションは、ビジネスの場でよく使われるものとは少し異なります。それでも、参加者を尊重しながら巻き込んでいく部分は同じです。多くの方が、まだ学んでいないこのファシリテーションスキルを、対人援助職へ届けたいと思うようになりました。産業保健相談員の先輩の永原先生にお話すると「その考えは面白いね。一緒にやってみよう！」と言っただけで、現在はグループワークセミナーで行うようになりました。キーワードは「応答する」。応答してもらう体験があってこそ、実感できるものです。少人数のグループでの2回コースですが、その場にいると、まるでさまざまな色が湧き上がってくるような、さまざまな音色が合わさって奏でられているような感覚を持つこともあります。AIがさらに活用され、コミュニケーションの形が変わってきているいまだからこそ、改めて「語る」、「聴く」、「応答すること」が大切な時代になっているのではないかと思います。センターでもまた、他の先生方やスタッフと連携しながら取り組んでいます。

兵庫産業保健総合支援センターの特色 ～実践的な研修・支援 & 事業場へのPR～

兵庫産業保健総合支援センター 産業保健相談員 栗岡 住子



写真1. 研修風景(グループワークの発表)

兵庫県の産業は、鉄鋼、化学、電気機械などの製造業を中心に発展し、地場産業として、清酒、皮革、手延素麺などの伝統ある産業が根付いています。そのため兵庫産業保健総合支援センター（以下「当センター」）では、事業者や専門家からの相談も多く化学物質への対応からメンタルヘルスケアまで幅広く対応しています。

研修会は、年100回くらい実施していますが、なかでも近年力を入れているのは、ポジティブな側面で産業保健活動を応援する内容です。具体的なタイトルとしては、「働く人々が健康で幸福に働くための“ウェルビーイング”」や、「コミュニケーションとチームワーク」、「はじめてのナッジ」などで、講座によってはWebも活用して最新の情報を提供しています。Web開催の際には、他府県からも幅広く参加してもらっています。

一方で、産業保健スタッフのなかでも特に専門職においては、事業場内でのアクションプランの立て方（産業保健の事業の進め方）などの教育を受けた人は少なく、組織内での業務遂行について悩む声を聞くこともあります。産業保健スタッフが組織内でスムーズに業務遂行できるようサポートすることを目的に、「健康課題からアクションプラン作成まで」（ワークショップ）や

「予算が取れる保健事業の企画」など、他のさんぽセンターでは研修テーマとして取り上げない内容でのセミナーも開催しています。

あの手この手で事業場を支援している当センターですが、当センターの存在が経営者や産業保健スタッフに認知されていないという課題があります。そのため、当センター周知活動として、神戸新聞や読売新聞だけでなく兵庫県広報紙の県民だよりに当センターの広告を出し、あわせてKiss FM KOBE（FM神戸）においてもCMを流したり、写真2のような広告入りのマスクを配布して、多くの事業場や第一線で働く労働者の人に幅広くサービスを届けられるよう工夫しています。



写真2. 新聞掲載・配布広告