日本産業衛生学会九州地方会ニュース
産衛九州

発行所　日本産業衛生学会九州地方会
〒807-8555 北九州市八幡西区医生ヶ丘1-1
産業医科大学 産業生態科学研究所
労働衛生工学研究室
TEL (093) 691－7459
FAX (093) 602－1782
発行責任者：地方会長　田中　勇武

(題字　倉恒匡徳　筆)

雇用不安時代の産業衛生

畝　博
(福岡大学　医学部　衛生学教室)

2008年の師走、テレビではアメリカ発の金融危機により、自動車産業をはじめとした製造業で、期間労働者や派遣社員の解雇が相次ぎ、雇用不安が一気に高まっていることを報じています。

1980年代、イギリスのサッチャー首相とアメリカのレーガン大統領は国家による再配分に重点を置く「大きな政府」を批判し、公共サービスや福祉を縮小し、市場原理に基づいた小さな政府を目指しました。1980年代以降、規制は緩和され、競争が激化しました。資本は利益を求めて自由に世界を駆け巡り、遂には、マネーゲームの様相を呈して、サブプライムローン問題により世界恐慌を起こしてしまいました。

市場原理に基づいたグローバリゼーションと規制緩和により、社会は不安定になり、人々にフラストレーションが溜まってきています。フラストレーションは暴力という形を取って現れます。本の名前は忘れましたが、フラストレーションは戦争やテロなど外に向かった暴力として現れる場合と、内に向かって自殺という形で現れる場合があるそうです。フラストレーションの現れ方は民族により異なり、日本人は内に向かって自殺という形を取る民族のようです。宗教の影響もあるかもしれませんが、自殺の最も少ない民族はユダヤ人で、絶えずアラブ諸国との間で戦争を繰り返しており、フラストレーションが外に向かった暴力として発散されるため、自殺が少ないといわれています。

現在、産業衛生にとって最も重要な課題の一つが自殺予防であると思います。わが国の自殺数は1998年から３万人を超えて、この10年間一向に減少する気配がありません。自殺増加の原因はグロバリゼーションや規制緩和が競争の激化を招き、雇用の不安、格差拡大、失業による困窮、将来に対する希望の無さなどの社会不安が増大し、そうしたフラストレーションが自殺という内に向かった暴力として現れたものであると、筆者は考えています。産業衛生学会雑誌をみると、この10年間、多くのメンタルヘルスに関する研究論文が発表されています。しかし、自殺増加の原因であると考えられる社会不安は益々深刻になり、うつ病対策を中心とした医学的な対応だけでは限界があり、自殺者数の減少にはなかなか結びつかないのではないかと思います。

筆者は自殺の問題とともに、派遣労働者など非正規労働者の健康問題に関心を持っています。産業衛生学会をはじめいろいろの学会で富める者と貧しい者の健康格差が拡大していることが報告されており、派遣労働者など非正規労働者では産業衛生活動の網から漏れて、将来、深刻な健康格差が起こることが危惧されます。

筆者はかつて1950年～1970年代の高度成長期にトンネルで働いた出稼ぎ労働者のじん肺症に関する調査研究を行い、トンネル出稼ぎ労働者に発生した深刻な健康被害について報告しました。その実態について産業衛生に携わる若い医師に知って貰い、派遣労働者などの弱い立場の人の健康を守るために努力していただければと思います。

筆者が高知県の県立病院に赴任していた1973年に、近くのトンネル建設現場で働いていた出稼ぎ労働者が息切れと咳のため受診してきました。胸部Ｘ線を見て驚きました。不勉強の筆者にもじん肺の大陰影があり、それに結核を合併していることが一目でわかりました。今まで検診でじん肺を指摘されたことはないのか尋ねましたが、現場が短期間で変わるため、じん肺検診は受けたことがないということでした。

その後、大分県南部に豊後土工と呼ばれるトンネル工事を専門とする出稼ぎ労働者が多数おり、その地域だけで2,000人がじん肺に罹患していることを知りました。高度経済成長の影で何が起こっていたのか知りたくて、1979年に豊後土工の調査を行いました。訪問調査で、痩せこけて、咳き込み、肩で息をしている30～40歳代のじん肺患者を多数見ました、それは1950年代の結核病棟でよく見られた光景そのものでした。この地域の死亡の調査をした結果、働き盛りの35～59歳の標準化死亡比は1.77で、約80%の過剰死亡を認め、過剰死亡のほとんどがじん肺、じん肺結核、あるいは労働災害でありました。

労働基準法があり、じん肺法も施行された後にも拘わらず、トンネル内の労働実態は１日16時間を越えるような長時間労働が常態化しており、じん肺検診も全然受けたことがない人が多く認められました。出稼ぎ労働者は労働安全衛生の法の網からこぼれ落ちて、産業衛生の専門医が関与することもなく、じん肺が進行・悪化するままに放置されていたようです。

1960～70年代と現在では産業構造が大きく異なり、じん肺のような職業病が発生する危険は少ないかもしれませんが、産業衛生に携わる我々が派遣労働者の健康を守るために積極的に関わり、トンネル出稼ぎ労働者に起きた悲劇を繰り返さないようにしなければならないと思います。

地方会長あいさつ

第82回日本産業衛生学会まで残り5ヶ月

九州地方会長
第82回学会総会企画運営委員長　田　中　勇　武
（産業医科大学　産業生態科学研究所　労働衛生工学）

第82回日本産業衛生学会総会(http//:82sanei.jp)は、九州地方会主催で5月20日から23日に福岡国際会議場で開催されます。

事前申し込み期限：2月27日(金)皆様のご協力によって現在まで、全て順調に推移いたしております。

メインテーマ「超高齢者社会を迎える日本　その産業保健戦略は」に沿った企画で、メインシンポジウムのシンポジスト等も確定できました。

15のシンポジウムにつきましても、日本産業衛生学会にふさわしいテーマで準備できたことを嬉しく思っております。また、司会及びシンポジストについても確定することができました。各シンポジウム担当者に厚くお礼申し上げます。フォーラムも各部会にお願いして、最終企画ができあがった所です。

これら全ての情報は、ホームページhttp//:82sanei.jpに掲載しておりますので是非ご覧下さい。

一般演題の申し込みにつきましても口演発表及びポスター発表合わせて、614演題と計画予定演題を超えている状況です。

5月23日(土)の特別研修会については、午前は、講義を2時間、午後は、日医産業医研修単位の中で単位を取るのに苦労する実地研修を3時間企画しています。実地研修内容は、騒音計を用いた騒音測定と評価・対策、個人保護具の基本と装着実技、粉じん計や検知管等の測定機器の特性と測定実技と評価です。1グループ50人以下の少人数での実習となります。既に実習講師陣として、12名が決まっており、各グループに最低2名の講師の確保を考えています。受講者は、合計450名となる予定です。このため希望者全員の受け入れは無理ですので、受付順で収容人数を超えた段階で、受付を終了いたします。早めの申し込みをお勧めします。受講者数については、常時ホームページ上に表示しています。

事前申し込みの期限は、2月27日(金)になっていますので、学会に参加される方や特別研修会に参加される方は、産業衛生雑誌9月号に綴じ込まれている申込用紙を利用して、振り込んでいただけるようお願い申し上げます。

重要なお知らせですが、学会会期中に持ち歩く、分厚い印刷物の学会予稿集については、今回作成しないことと致しました。もちろんCD版の学会予稿集は作成し、プログラム冊子と共に、4月中には会員の皆様の所へお届けします。学会当日には、各発表会場前に、各口演発表者の予稿を並べておきますので、各予稿を入手の上、会場にお入りいただければと考えています。

九州地方会学会では、既に4年前からこのシステムの一部をとりいれて実施いたしておりますので、混乱はないと思いますが、トラブルが起こらないように細心の注意を払いながら実施していこうと考えています。

九州地方会会員のご支援とご協力がなければ、学会の成功はあり得ませんので、引き続き、ご支援ご協力をお願いする次第です。

受賞のことば

緑十字賞を受賞して

廣　　尚　典
（産業医科大学　産業生態科学研究所
精神保健学）

この度、中央労働災害防止協会緑十字賞を頂戴いたしました。

受賞の知らせを受けたときにも喜んだのですが、10月22日に札幌で開催された全国産業安全衛生大会の表彰式に列席し、多くの方々に声をかけていただいて、改めて賞の重みを実感いたしました。これまでさまざまな形でご指導をしてくださった方々に、この場をお借りして深謝いたします。ありがとうございました。

私は、1986(昭和61)年、産業医科大学を卒業し、すぐに関東の企業に就職しました。それ以降臨床研修もその企業立病院で行い、途中精神科病院への国内留学時期もありましたが、2006年12月に母校に戻るまで、現場の産業医として、主として神奈川、東京を中心とした関東地区の産業保健の実務に従事してきました。この間業種では、造船業、建設業、鉄鋼業、運輸業、人材派遣業、廃棄物処理業など、事業場規模も千人超から50人未満までの、様々な現場に関与する幸運を得ました。特に高邁な志を持っていたわけではなく、ほとんど事前の調査などを行わないまま産業保健の世界に飛び込んだのですが、今日まで自分なりに充実した仕事を続けてくることができたのは、この分野が肌に合っていたこと以上に、多くのよき指導者に恵まれたためであると思います。

現在の私の専門領域は、産業保健の中でも特に産業精神保健、つまり職場のメンタルヘルスです。この分野の「専門家」は精神科医、心療内科医あるいは臨床心理士などの心理職であると思われがちですが、産業保健職もまた「専門家」としての取り組みが求められるはずです。そして、それは精神医学や精神医療をベースとしたものでなく、産業保健の視点からのアプローチであるべきです。産業保健職がこの立脚点を大切にしながら精神科医等と連携を深めることによって、職場のメンタルヘルス対策は実りのある推進が可能となるのだと考えています。

ここに議論を深めるべきひとつの大きな主題があります。いわゆるポジティブ・メンタルヘルスケアは、精神疾患の一次

予防とベクトルの方向を一にするのか？

「単に疾病を予防するというのではなく、労働者がより健康で生産性の向上に寄与しうるような支援を行う」活動をポジティブ・ヘルスケアと呼び、その考え方を精神面にも適用しようという考え方があります。それに該当する取り組みとしては、組織形態や社内の諸制度の見直しを求める働きかけに加えて、個人に向けたアサーティブ・トレーニング、コーチングなどがあげられるようです。しかし、これらのいくつかを組み合わせて行なうことで、精神疾患の発症率や有病率を相乗的に低下させることができるのか、またそれができたとしても、そうした介入を職場全体で行なうことによって、一部の労働者のストレスをかえって高めてしまうような面はないか。少し唐突な喩えですが、ある疾病の予防接種が100人の発症や重症化を防げるとしても、1人に重篤な副作用を起こすのであれば、その不用意な推進は批判の的となりかねないでしょう。そのようなことが、ポジティブ・メンタルヘルスケア（特に、個人に対する働きかけ）には皆無だといえるのか？現在の効果評価では、見逃しやすい点だろうと思います。

また付言すれば、「より健康」とか、健康増進などという表現も、実はわかりにくいところのある概念ではないでしょうか。ストレス耐性を強化し、精神面でタフになるというような意味ならまだわかる（「意味がわかる」というだけで、そのための取り組みを職場で行なうべきであるとの意見には、諸手をあげては賛成できません）のですが、例えば精神健康度を評価する質問票において、カットオフ値（その数値より高値であれば、メンタルヘルス不調が疑われる）よりはるかに低い値での1ポイントの差は、精神健康度の差と考えられるのでしょうか？そこには、個性のような変数が介在してくるはずです。「心の健康の増進」が、そうした1ポイントの差を重視し、少しでもそれを低下させることを目指すのであれば、それは少し危険な気がします。

最近、おかげさまで、福岡県下の職場で健康管理のお手伝いをさせていただく機会が増えてきました。九州地方会でも、自分がお役に立てるとしたらどのような点かを模索しながら、引き続き研究や後進の育成に取り組んでいきたいと思います。今後とも、よろしくお願いいたします。

研究紹介・学会報告

アジア・アスベスト・イニシアチブ（AAI）第1回国際セミナー

高橋　謙
（産業医科大学　産業生態科学研究所　環境疫学）

産業医科大学は、アジア地域のアスベスト疾患の根絶を最終目標に掲げた標記の会議を2008年10月1－3日に開催しました。アジア・アスベスト・イニシアチブ（AAI）は、本学が国内拠点機関となり、日本学術振興会のアジア・アフリカ学術基盤形成事業として2008年から3年間にわたり実施するものです。AAIの当面の目標として、アジア域内で利用可能な石綿疾患対策技術を収集整理し、国際セミナーの開催やトレーニング教材の開発を通じて技術共有と移転を目指しています。

基盤事業で指定した海外拠点機関はベトナムの国立産業環境保健研究所（NIOEH）とハノイ医科大学、中国の遼寧省疾病予防センター（Liaoning Province CDC）と温州医科大学、タイのスリナカリンウィロット大学と保健省、マレーシアのマラヤ大学と国立労働安全衛生研究所（NIOSH）、シンガポールの同国立大学と人的資源省（Ministry of Manpower）です。各国から石綿問題について関わりのある学術/研究機関と行政機関の双方に参加してもらうねらいがあります。

以上に加え、韓国のKOSHA・ソウル大学・カソリック大学、ベトナムの保健省、モンゴルの保健医科大学が直接参加の呼びかけに応じ、WHOとILOが後援、さらに労働者健康福祉機構と岡山労災病院関係者の積極的参加を得ることができました。

初日は、まず、和田攻産業医科大学学長の挨拶に続き、加藤修一元環境副大臣や尾身茂WHO西太平洋地域事務局長のビデオメッセージがあり、WHOの小川尚西太平洋地域アドバイザー、ILOのIgor Fedtov専門官が本テーマに対する国際機関の立場を紹介しました。また、わが国行政からは厚労省（化学物質対策課）・環境省（石綿健康被害対策室）・外務省（国際機関課）の各代表が行政的取り組みを紹介しました。次に、各国の行政・公的機関が石綿使用と石綿疾患の現状について報告しました。この中で、域内の先進国が実質的に石綿の使用禁止を達成しているのに対し、中国・タイ・ベトナムなどの国々は使用量を増やしていることが改めて確認されました。

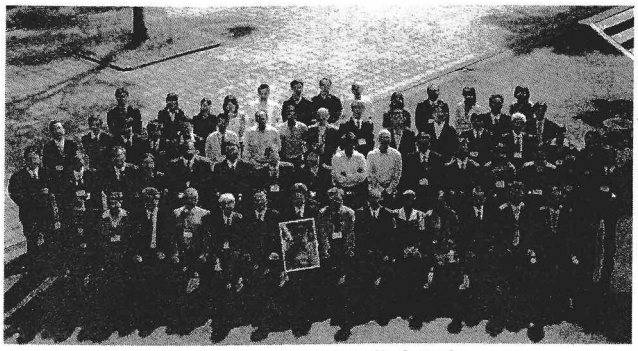
第二日は主として各国の学術・研究機関の代表が他の国から得たい技術と他の国へ提供できる技術について報告しました。ベトナムは過去2年間に約300名の中皮腫を登録していることから精度の高い診断技術のニーズが高く、国土の狭いシンガポールは石綿含有廃棄物の処理や埋め立て技術の実績を豊富にもち、提供可能な技術と考えていることなどがわかりました。タイはローカルな資源の活用も含め、国を挙げて石綿代替技術を模索していることを報告しました。韓国は石綿問題への取り組みに行政・学術・NGOの間の垣根が低く連携して取り組んでいることなどが明らかとなりました。

第三日は主として本学から臨床・基礎・予防の各分野で国際移転可能な技術について、今回それぞれの分野の専門家が特別に制作したビデオ（初版）を用いて報告しました。すなわち、①工学的曝露防止策②石綿繊維測定法③石綿疾患画像診断法④中皮腫病理診断法⑤石綿疾患治療法⑥石綿疾患認定のしくみ、等を内容としています。これらのビデオの完成版を参加国におけるトレーニング教材として近く配布予定です。なお、臨床的技術を紹介する際には本会場と国立シンガポール大学医学部（病理・臨床・行政の専門家が参加）を結んでテレビ会議を実施、質疑応答の幅を広げることができました。

最後に、今回のセミナーを通じ各国代表が学術と行政のそれぞれの立場で石綿使用や石綿疾患に関する報告を行ったことで、域内および国別の現状が明らかになりました。最終的に9カ国と2つの国際機関を合わせ延べ約90名が参加しました。中皮腫をはじめとする石綿疾患は、今まさに石綿依存を強めているアジアの国々でこれから流行することが予想されます。WHOが認めるよう

にパンデミックとしての様相を呈し始めている石綿疾患への取り組みには、予防から臨床にわたる幅広い資源を活用して国際協力を進める必要があります。今後は、新たな研修用ビデオのテーマの選定とともに、個別ニーズに沿った日本側専門家派遣・ツール開発や研修員受け入れ等へも展開していきたいと考えています。

※本稿は産業医学ジャーナル用原稿(32巻1号平成21年1月1日発行)と内容および表現が重複していることをお断りします。



セミナー参加者の集合写真

第18回 産業医産業看護職全国協議会に参加して

空閑　玄明
(産業医科大学　産業生態科学研究所　作業病態学)

11月27日～11月29日に愛媛県松山市で行われた第18回産業医産業看護職全国協議会（企画運営委員長：昇淳一郎先生　パナソニック四国エレクトロニクス株式会社松山地区健康管理室室長）に参加して参りましたのでご報告させていただきます。

産業医産業看護職全国協議会は平成3年に東京にて開催されたのをはじめとして、今年の開催で18回目を迎えました。毎年春に開催される日本産業衛生学会が産業保健の学術的な側面に主点を置いているのに対し、この産業医・産業看護職全国協議会は産業保健の実践的な側面に主点を置いています。

今年は愛媛県松山市の松山市総合コンベンションセンターにて、「活力の創出とリスクの低減に貢献する産業保健」をメインテーマとして開催されました。

参加した学生たちと

フォーラム、シンポジウムではメンタルヘルス対策、特定保健指導、過重労働対策等の現在の産業保健分野の課題について「活力」というキーワードに沿って講演・ディスカッションが行われました。どのセッションにおいても質疑応答が盛り上がり、産業保健の現場での課題や問題点について、活発な意見交換が行われておりました。

今回、会場外の実地研修では愛媛県らしく、株式会社えひめ飲料松山工場（えひめみかんポンジュース工場）、JA西宇和島みかん選果場、四国乳業株式会社本社工場、株式会社よんやく物流センター、四国電力株式会社原子力保安研修所にて行われました。筆者は参加できませんでしたが、日頃なかなか見ることのできない作業環境での作業状況が見学でき、大変興味深いものであったと伺っております。

メインシンポジウムでは「若年労働者の活力創出にむけたメンタルヘルス上の課題とその対応」というテーマのもとに、心理社会的な背景（島悟先生）、臨床経験からの考察（井上幸紀先生）、ワークエンゲイジメントの観点（島津明人先生）、海外メンタリング事情（渡辺直登先生）というそれぞれの側面から検討が行われました。

ポスターセッションでは様々な事業場におけるメンタルヘルス対策、メタボリックシンドローム対策、過重労働対策、喫煙対策など、53題の事例が発表されておりました。本年度の産業医部会優秀ポスター賞は「カウンセリング支援システムの導入の試み」について発表された上原正道先生（ブラザー工業株式会社健康管理センター）が受賞されました。

また、11月28日には専門医認定授与式が行われました。新たに29名の方が専門医として認定されました。

懇親会は道後温泉の大和屋本館で行われ、歴史のある一流温泉旅館の大宴会場とあって、200名以上が参加し、瀬戸内の新鮮な魚介に舌鼓を打ちました。会の中で愛媛大学医学部の学生による雅楽の演奏があり、和やかな雰囲気の中、良い交流の機会を得ることができました。

また、今年は当研究室に基礎研究室配属にて研修に来ていた学生を帯同しました。学生にとっても産業医が普段何をしていて、どのようなことを感じ、どのような問題点をいかに解決していくのかといったことを肌で感じることができ、大変有意義であったようです。

来年は秋田にて「職場における『健康力』と産業保健」をメインテーマとして行われます。（企画運営委員長：広瀬俊雄先生）今後、ますます多くの方が参加され、一層活発な会になりますことを祈念してご報告に代えさせていただきます。

専門医認定証授与者

日本産業衛生学会専門医紹介

専門医抱負

垣内　紀亮
(ダイハツ九州株式会社)

皆さんはじめまして。ダイハツ九州株式会社で産業医をしている垣内と申します。この度、専門医試験に合格いたしましたので、ご挨拶と当社での産業保健活動の一部を報告をさせていただきます。私は、2002年に産業医科大学を卒業後、臨床研修・産業医現場研修、そして産業医科大学産業生態科学研究所での修練を経て、2007年6月より現在の会社に専属産業医として就職しました。専属産業医に就任し1年半が経過しますが、産業保健活動の体制作りに奔走する毎日です。

当社は大分県中津市に130万m^{2}の敷地面積を持つダイハツ工業株式会社の最新鋭の生産子会社です。群馬県前橋市から移転し、2004年12月に第1工場が操業を開始しました。そして、2007年11月から第2工場、2008年9月から福岡県久留米市にエンジン工場が操業を開始しております。さらに現在福岡市伊都に開発部門であるダイハツ九州テクニカルセンター(仮称)を建設中で、開発から一貫生産を担う会社へと成長を続けています。中津工場の年間生産能力は46万台で、従業員数は約3000人。従業員の平均年齢は28.5歳と若い方が多い会社です。まだまだ産業保健活動は未成熟で課題も多いですが、産業医として「現場」が重要と考えておりますので、日々の産業医活動において「現場主義」を心がけ活動を行っております。今回はそういう活動を行う中での専門医試験受験でしたが、専門医試験を通じて知識の確認や自らの産業医活動を見直す良い機会となりました。

産業保健活動は多岐にわたりますが、先進的な取り組みについてひとつご紹介します。それは喫煙対策です。現在の所、自動車製造業では「建屋内禁煙」に取り組んでいる企業は少ないようです。当社も第1工場において分煙が不十分な状態でした。しかし、第2工場建設の際、喫煙場所を検討する中で、社長や労働組合の理解と協力もあり、「建屋内禁煙」を実現しました。その後、既存の第1工場へと展開し、新設の久留米エンジン工場建設の際には、最初から建屋内禁煙と、会社全体で建屋内禁煙に取り組んでおります。工場内はクリーンな空気環境になり、また喫煙しにくい環境になったことで「禁煙しよう」という動機付けになっていると感じています。また、禁煙啓発活動の充実や禁煙希望者に対し産業医による「禁煙外来」を開設し、受診者に対しニコチンパッチの全量無料配付(56枚)や報奨金制度(禁煙達成者にクオカード数千円分を進呈)を行っております。今後は、総合的な喫煙対策が喫煙率に与える影響を経年的に調査していく予定です。

今回専門医試験に合格できましたが、諸先輩方からは「専門医取ってからが一人前」と伺っております。今後は、専門医として実力を備えた産業医を目指し、日々の活動を精進していこうと思います。諸先輩方におかれましては、今後ともご指導・ご鞭撻の程よろしくお願いします。

専門医試験に合格して

河﨑　直美
((財) 福岡労働衛生研究所　産業保健事業本部)

私は平成14年に産業医科大学(19期)を卒業しました。卒後は、産業医養成コースである産業医修練コースI(Bコース)4年間を選択しました。久留米市の聖マリア病院で2年間臨床研修をしました。卒後3年目は産業医科大学産業医実務研修センター、(財)九州健康総合センターで嘱託産業医や健診機関医をしました。4年目は福岡市役所の専属産業医として勤務しました。

4年間の修練期間中に、実務研修センターの先生方から指導していただきながら、健診業務、メンタル不調者の復職支援、有害物質を取り扱う職場の巡視、健康診断事後対応等を経験することができました。

5年目以降は(財)福岡労働衛生研究所に所属し、セントラル硝子(株)宇部工場の専属産業医として勤務しています。セントラル硝子(株)宇部工場では、吸入麻酔薬、化成品、肥料、ガラス、半導体用のガス等を様々な製品を製造しており、多種多様の化学物質を取り扱っています。産業医として働くようになって今年で5年目になりますが、職場巡視等の際に、現場の方からいろいろ勉強させて頂くことがあり、知識や経験不足を感じることがあります。社員の平均年齢は40歳超えているためか、健康診断の際に生活習慣病、生活習慣病予備軍が毎年横ばい～増加する傾向にあります。現在、社員の健康増進のために、ウォーキング禁煙支援やメンタルヘルス講習などを中心に取り組んでいます。

4年間の産業医修練コースI(Bコース)で経験できたことや指導医の的確なご指導のおかげで今年何とか専門医に合格することができました。今年度の専門医試験の受験項目であるグループ討論の課題は実際の症例を基に作成されており、私自身が日々の業務を行う上で、困っていること、疑問に思っていることが出題されていました。討論で同じグループになった方の意見や考え、経験を聞けたことが大変良かったと思います。このたびの専門医試験を受験したことで、刺激を受け、新たな気持ちで業務を行うようになりました。これからも従業員の方が楽しく健康で元気に働くために、勉強を続け、がんばりたいと思います。

専門医試験に合格して

立　石　清　一　郎
(鹿児島県厚生連健康管理センター)

初めて投稿致します。鹿児島県厚生連健康管理センターで農協職員と農業従事者の健康管理を行っている立石です。このたびは日本産業衛生学会の専門医資格試験に合格させていただきましてありがとうございました。

さて、当センターの活動は、①農業従事者の健康管理・健康調査、②農協職員・その他関連職場の産業保健活動、③地域住民の健康診断・相談などです。

農業はリスクの多い職種で、農機具災害、腰痛業務、化学物質作業(農薬・飼料・肥料等)、過重労働(生き物が相手のため休むことができません)、暑熱・寒冷作業、騒音など様々な有害業務を有しています。農業は、鉱業や建設業と並び3大危険産業といわれながら、大半が自営もしくはそれに準じた者ですので、労働安全衛生法が適応されず、産業保健サービスを受けることができていないことが現状です。

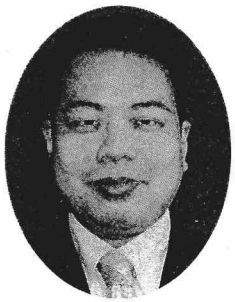
ILOは2001年に農業における安全及び健康に関する条約(第184号)を採決していますが、日本は筆頭提案国にもかかわらず、今もってこの条約に批准していません。食料という国の存亡をかけた「戦略物資」を「製造」している「労働者」が適正なサービスを受けていないということを恥ずかしながら、就職した後におしえていただきました。食の安全がこれほどまでに社会問題化されている中で、自国内で安全にまかなえる食糧の自給率がカロリーベースで39%と絶望的な数値の中でわれわれの活動はますます重要になってくるのではないかと思っています(ちなみに鹿児島は農業県であるため、83%と比較的良好なほうです)。

このILOの条約にはさらに付帯する同名の勧告(第192号)が記されていて、自営の農業者にもこの条約を徐々に適応していくように言及しています。全ての農業従事者を労働者的扱いとし、安全衛生サービスを提供できるよう求めているのは面白いところであると考えています。日本はこの条約に批准をしていないため、そのあたりは法整備されていません。法律がなくても当センターは組合員農家の健康を守る為に存在意義がある医療法第31条で定められた公的医療機関であるため、総合的に産業保健サービスを提供できる機関になるべく鋭意努力中です。

現時点では農業従事者に対しては、健康管理業務がほとんどですが、健康診断・相談を通じて一つ一つ問題解決型の産業保健を提供しています。専門医の称号を頂いたので、組合員農家が健康的で快適な生活ができるようにすることが責務であると思いますのでこれからもますますがんばって行きたいと思います。

専門医を取得して

田　中　政　幸
((財) 福岡労働衛生研究所　産業保健事業本部)



初めて寄稿させていただきます。このたび、日本産業衛生学会の専門医として活動させていただけることになりました、(財)福岡労働衛生研究所の田中と申します。

産業医としての活動を始めて5年弱の月日がたちました。産業医科大学出身とはいえ、正直、ここまで産業医として働いている自分は、学生時代にはありませんでした。どこで転機があったか？　今考えると、おそらく学生時代にあった『産業医現場実習』だと思っております。この時、初めて産業医というものを直接目にし、理解し、「産業医は面白い！」と感じた自分がおりました。そして、卒業後は産業医科大学の『産業保健研修コース』という、産業保健の専門家養成をねらいとするとともに、指導的産業医の候補者を養成することを目的とした、卒後コースに進みました。卒後、2年間の臨床研修ののち、専属産業医の研修として(株)日立製作所　日立健康管理センターに派遣されるのですが、そこで初めて『産業医』としての活動が始まりました。もともと色々な方の話しを聞くことが好きな自分は、そこでたくさんの産業医の先生、保健師、そして、工場でも様々な方々とお会いし、そして色々な話しをお伺いすることができ、「患者さんの病気を治す医師」ではなく、産業医としての面白さを実感しました。その後、大学に戻り、2年間の研究及び嘱託産業医活動ののち、2007年4月より現在の(財)福岡労働衛生研究所(以下　労衛研)での勤務に至っております。

そこで、気づかれる方もいらっしゃると思います。『労衛研って、健診が多いのでは？』　確かにそうです。企業外労働衛生機関ですから、私自身も実際にするまで『健診の仕事が多い』というイメージでした。しかしながら蓋を開けてみると、現在の私は、健診業務はほとんど行っておらず、1週間、産業医でのスケジュールがぎっしりという状態です。現在、嘱託産業医として十数社担当させて頂いておりますが、非常に充実した日々を遅らさせて頂いております。しかしながら、いくつかの課題もあります。そのうちの一つが、『日本産業衛生学会専門医』というものを労衛研の中で如何に知っていただくか、という点だと考えております。実は、当施設には産業医をされている先生が十数名いらっしゃいます。当然、労働衛生コンサルタントは認知されておりますが、産業衛生学会専門医というのは実は認知度は低かったようです。現に、専門医を取得しているのは、私を含め2名のみとなっております。ですので、まずは所内に『専門医』というものを広めることが大事かと思っております。そして様々な会社のお役に立てるよう、さらには様々な会社の従業員の方々のお役に立てるように、産業医としての、そして専門医としての業務推進に努めて参ります。

最後になりましたが、今回の試験に際しまして、ご指導いただきました諸先生方に御礼申し上げます。今後とも、ご指導ご鞭撻の程、何卒よろしくお願いいたします。

研究会報告

生物学モニタリング・バイオマーカー研究会報告

市　場　正　良
（佐賀大学　医学部　社会医学講座）

第41回生物学モニタリング・バイオマーカー研究会を11月22日（土）午後、佐賀大学医学部臨床小講堂で行いました。遠くは東京からの参加者を含め九州各地から20名の参加を得ました。こぢんまりとですが、充実した討論が出来たと思います。関係者のご協力に感謝申し上げます。

生物学的モニタリング・バイオマーカー研究会の目的は、1つは新たなモニタリング手法の開発等の基礎的研究ともう1つは現状の鉛有機溶剤健診での生物学的モニタリング検査の問題点を議論することにあるといえます。このため毎年産衛総会時の研究会と秋に各地で研究会を行っています。

今回の研究会の一般発表は9題で、その内容は、生物学的モニタリングの事例として、タバコ煙の尿中代謝物、人工香料（環状ムスク）の母乳からの検出と暴露経路推定、有機溶剤N-メチル-2-ピロリドンの代謝物測定、インジウム製錬作業者の職場改善による血中指標の変化、人工膝関節置換術者におけるコバルトクロム測定、解剖実習中のホルムアルデヒド曝露調査、ホルムアルデヒド等によるDNA-蛋白質クロスリンク損傷の検出、カーボンブラック取り扱い作業者における8OHdG測定というように様々なモニタリングの事例が紹介されました。また、メタボリックシンドロームに関する発表もなされました。特別講演は、産業医科大学職業性腫瘍学　葛西宏教授から、「DNA酸化的損傷8-OH-dGの分析」の講演をいただきました。葛西先生はＤＮＡの酸化的損傷の研究では世界的な権威であり、これまでの基礎的研究から測定法の開発までの膨大な研究結果が紹介され、我々も大変勉強になりました。その後、学内での懇親会で交流と議論を深めました。

次回は、福岡の産衛総会で「特殊健診における生物学的モニタリングの現状と課題」と題したシンポジウムを予定しています。鉛，有機溶剤特殊健康診断に生物学的モニタリングが導入され20年となります。そこでこれまでの問題点と今後の課題について討論できればと考えています。こちらもご参加よろしくお願いいたします。

部会報告

◇　産業看護部会　◇

九州地方会産業看護部会活動報告

産業看護部会副会長　住　徳　松　子
（アサヒビール　博多工場）

今年は特定健診特定保健指導が実施される初年度であり、多くの産業看護職が実務運用面でその対応に追われています。特にアウトカムを出す保健指導については、看護職ひとりひとりが自身を省みる好機と捉え、その質についてさらに切磋琢磨する機会を見出そうとしています。その部会員のニーズに応えるべく、産業看護部会では、平成20年9月14日（日）、福岡市朝日ビル会議室において「産業看護講座実力アップコース第5回」を開催いたしました。解決志向アプローチの第一人者である池見記念心療内科クリニックの三島徳雄先生を講師にお招きし、テーマを『保健指導の新しい潮流－解決志向アプローチを使った保健指導－』と題し、終日かけて今注目されている解決志向アプローチを使った保健指導の理論・実践方法をご教示いただきました。連休の中日にも関わらず、20名余の部会員の参加がありました。午前中は、解決志向アプローチの基本と積極的コミュニケーションへの応用について講義を受け、午後から参加者同士グループに分かれ、モデル事例を使い保健指導のロールプレイを行いました。三島先生が準備された『Ｇｏｄａｔカード』を使った保健指導はとても新鮮で、参加者からも面接者主導でなくクライアントが話したいことを聞き出せるといった声が聞かれ、セッションは大変盛り上がりました。また、セッションを通して参加者が互いの悩みを傾聴しあったり、解決へのサポートを体験することで、気分が楽になったり悩みが解決するということを実感することができ、忙しい日常の中、癒しを与えてもらった参加者も多かったようです。多くの参加者から、今後の保健指導に役に立つ研修となったとの感想を頂きました。

新型インフルエンザ対策については、企業によって取り組み方や準備状況も異なるようですが、産業看護職にとっても正しい知識をもつ事は重要な問題です。平成20年11月8日（土）には、福岡交通センター大ホールにおいて恒例の産業看護研究会を開催しましたが、平成20年度は新型インフルエンザを取り上げました。講師に九州電力統括産業医の藤代一也先生と三菱化学保健師の田原由夏先生をお招きし、藤代先生に新型インフルエンザ対策をクライシスコントロールという視点から詳細に解説して頂いた後、田原先生から具体的取り組み事例をご紹介頂きました。参加者は福岡産業保健推進センターのＨＰでＰＲした効果もあり、部会員以外の産業看護職の方も多く参加され40名を超えました。中規模以下の事業場で働く産業看護職は一人勤務の場合が多く、産業保健上の新しい課題が出現した場合、その対応に苦慮する場合が多くあります。今後も様々な事業場で働く産業看護職に有用な研修会を企画したいと考えております。

◇　産業衛生技術部会　◇

産業衛生技術部会の活動報告

産業衛生技術部会幹事　保　利　一
（産業医科大学 産業保健学部 環境マネジメント学科）

産業衛生技術部会は、産業衛生技術に関わる専門家相互の意見や技術交流を行うとともに、産業衛生活動を技術的な面から推進し発展させることを目的として活動しています。2008年12月には、第17回部会として、12

月12日（金）に「ナノ粒子の労働衛生管理」というテーマで東京トラック事業健保会館にて開催しました。また、この日の午前中には産業衛生技術者のレベルアップを目指した産業衛生技術専門研修会も開催されました。内容は、「化学物質の複合曝露」と題して慶応大学の大前和幸先生、「化学物質のリスクマネジメント」と題して久留米大学の原邦夫先生の講演が行われました。

産業衛生技術部会ではこれまで、春の学会総会のときと、秋の全国安全衛生大会のときに合わせて部会大会を開催してきましたが、2009年度から、春の学会総会のときに大会としていた産業衛生技術フォーラムは学会の行事ということで技術部会にはカウントせず、秋または冬の大会を部会大会とすることとしました。次回は2009年5月に福岡で開催される第82回学会において、「労働者の高齢化と安全衛生管理　―どのように対応すべきか　産業衛生技術者の役割―」というテーマで産業衛生技術フォーラムが開催されます。多数のご参加をお待ちしています。

◇　産業歯科保健部会　◇

産業歯科保健部会報告

産業歯科保健部会幹事　井　手　　玲　子
（産業医科大学　産業生態科学研究所　作業病態学）

産業歯科保健部会では年に2回研修会を開催しております。平成21年2月21日に東京医科歯科大学にて、日本産業衛生学会関東地方会例会との合同で、「働く人々の睡眠をめぐる最近の知見　～口腔へのアプローチを含めて～」というテーマで研修会が企画されております。田ヶ谷先生（北里大学）・新島先生（スズキ株式会社）・對木先生（財団法人神経研究所）・馬場先生（昭和大学）の講演が予定されております。睡眠科学の全般的な話題から職場での対応、そして睡眠時無呼吸症候群および睡眠時ブラキシズムについての幅広い内容となっております。参加ご希望の方は、産業歯科保健部会事務局までメールでお問い合わせ下さい（occupoh-admin@umin.ac.jp）。

そして、平成21年5月20－22日には、いよいよ福岡の地で第82回日本産業衛生学会が開催されます。部会会員の皆様には、産業歯科保健部会関連行事について、すでにメールでご案内が届いていることと存じます。5月22日の産業歯科保健部会フォーラムは、座長：東先生（産業医科大学）・藤田先生（神戸製鋼所；産業歯科保健部会部会長）で「産業歯科保健のゆるやかな再構築のために」というテーマで、河野先生（富士ゼロックス株式会社）、城戸先生（ヤフー株式会社）、今里先生（福岡県歯科医師会）をシンポジストにお迎えしております。日本歯科医師会は昭和47年の労働安全衛生法の成立時より産業歯科医研修会等の研修事業を開催しており、労働衛生コンサルタントの資格を有している歯科医師も約400名に至っております。また、歯科医師の職域での役割は事業場の診療所で診療を行うことが中心であった時代以降、職場のニーズに応じた活動の展開が報告されてはいますが、労働安全衛生法における歯科医師に関する記載としては有害業務に関する事項のみで、法的な裏付けの希薄な中その活動の方向性はあまり明確になっていません。今回のフォーラムでは、シンポジストの先生方に引き続きリレーコメントを数人の先生方に依頼しております。現状を踏まえ産業保健の中での歯科専門職の役割について、各立場からの多様な意見を拝聴できる機会となればと考えております。引き続き23日には、産業歯科保健部会特別研修会として、佐世保市の佐世保重工業で実地研修が予定されております。佐世保重工業は、大型船舶の製造を主業とする従業員数約1,100名の事業所です。平成元年より現在まで歯科保健プログラムが継続して実施されており、歯周状況の改善のみならず歯科医療費の抑制効果もあることが報告されております。今回の研修では、佐世保重工業の取り組みを通じて、受けて側の視点での産業歯科保健活動のあり方を検討したいと考えております。また、22日のフォーラム終了後、産業歯科保健部会主催懇親会を開催する予定です。博多のおいしいお料理とお酒を囲んで、わいわい楽しく過ごしましょう。それでは会場で皆様にお会いするのを楽しみにしております。

研究会・研修会その他案内

第20回韓日中産業保健学術集談会のご案内

Korea Japan China Joint Conference on Occupational Health

会　　期： 2009年6月3日(水)～5日(金)
会　　場： Hotel Capital　韓国ソウル市

メインテーマ　東アジアおよび全ての働く人の健康増進
-Health Promotion for East Asian Workers and All-

シンポジウム　産業ストレス
-Occupational Stress-

ワークショップ　健康増進　- Health Promotion -

抄録締切日： 2009年5月1日
参加登録締切日： 2009年5月8日
参加登録費： 一般US$200　学生US$100　同伴US$80
学会長： Byung Soo CHOI　大韓産業保健協会会長
日本側代表： 大久保利晃（財）放射線影響研究所 理事長 / 元・産業医科大学 学長
事務局長： 東　敏昭　産業医科大学 産業生態科学研究所 所長
申込先： 産業医科大学　産業生態科学研究所
作業病態学研究室
〒807-8555 北九州市八幡西区医生ヶ丘1－1
TEL：093-691-7470 / FAX: 093-601-2667
E-mail：kjcjc@mbox.med.uoeh-u.ac.jp
URL：http://wshiivx.med.uoeh-u.ac.jp/kjc/index.html

第82回日本産業衛生学会総会のご案内(第4報)

第82回日本産業衛生学会総会　企画運営委員長　田中　勇武

第82回日本産業衛生学会総会に関するプログラムの詳細と学会運営等は、平成21年4月発送予定の産業衛生学雑誌第51巻2号に講演要旨集【CD-ROM版】およびプログラム冊子を同封する予定になっております。今回は、学会会期中に従来配布しておりました講演要旨集【印刷版】は作成いたしません。講演要旨は、当日発表会場入口にて、発表者毎に並べて配布いたします。また、ポスター発表については講演要旨の配布を予定いたしておりません。

第82回学会総会に関する諸事につきましては，ホームページ(http://82sanei.jp/)に順次掲載しておりますのでご利用下さい。

1.会　期： 学　会　2009年5月20日(水)～22日(金)
特別研修会　2009年5月23日(土)

2.会　場： 福岡国際会議場　福岡市博多区石城町2－1

3.メインテーマ：
超高齢社会を迎える日本 その産業保健戦略は

4.学会プログラム

5月20日(水)

特別講演：　生涯現役への挑戦
加藤 一二三　将棋九段(福岡県出身)
メインシンポジウム：　超高齢社会を迎える日本
その産業保健戦略は
総会、研究会、一般発表、イブニングセミナー

5月21日(木)

一般発表、研究会、ランチョンセミナー
シンポジウム1　インジウム肺：基礎・臨床・疫学研究の協同による因果関連の確立
シンポジウム2　特定保健指導に有効な介入法についての検討
シンポジウム3　現代人の健康と食生活－食文変容が産業労働の根幹を変える－
シンポジウム4　産業保健活動の研究発表に関する疫学倫理上の諸問題
シンポジウム5　グローバリズムと心豊かな生活・労働
シンポジウム6　特殊健診における生物学的モニタリングの現状と課題
シンポジウム7　働くことの価値そして健康効果
－産業保健は社会参加の促進にどのように寄与できるか－
シンポジウム8　各世代の労働者に見られるメンタルヘルス不調の特徴と対策
シンポジウム9　工業用ナノ材料のハザード・リスク評価
シンポジウム10　職域における喫煙対策、「これまで」と「これから」

5月22日(金)

一般発表、研究会、ランチョンセミナー
シンポジウム11　産業保健における睡眠障害対策の重要性
－労働災害防止と健康増進の新たな視点－
シンポジウム12　これからの日本産業衛生学会専門医制度のあり方
シンポジウム13　職場のメンタルヘルス最前線－対策と効果評価－
シンポジウム14　これからの医療従事者の産業保健
シンポジウム15　超高齢社会を支える女性労働者の健康支援－生涯を通じてのワークライフバランス支援と健康　管理のあり方－
フォーラム1　産業衛生技術部会　労働者の高齢化と安全衛生管理　－どのように対応すべきか　産業衛生技術者の役割－
フォーラム2　産業医部会　企業の中の産業医の役割
－産業医の存在意義－
フォーラム3　産業看護部会　保健指導の目指すべき方向性
フォーラム4　産業歯科保健部会　産業歯科保健のゆるやかな再構築のために

5月23日(土) 特別研修会

5.参加登録：
参加者事前登録・入金締切：2月27日(金)まで
学会参加費、出題費、懇親会費並びに特別研修会参加費の事前登録は、学会誌(50巻5号9月号予定)に綴込みの「郵便払込取扱票」をご利用の上、お振込ください。

連絡先
事務局代行
〒807－0822　北九州市瀬板1－16－1
株式会社アクシス
事務局
産業医科大学 産業生態科学研究所
労働衛生工学研究室内
第82回日本産業衛生学会事務局　明星敏彦

～特別研修会のご案内～

1.日時
平成21年5月23日(土)10:00～16:00

2.会場
福岡国際会議場　福岡市博多区石城町2－1

3.定員　450名
(先着順で定員になり次第、申込受付を終了いたします。)
申込者数については順次ホームページ(http://82sanei.jp/)に表記いたしておりますので、ご確認の上、申込みください。

4.プログラム
10:00～11:00　メンタルヘルス不調者の職場復帰支援
—最近の動向—
講師：廣　尚典(産業医科大学)
11:00～12:00　労災保険の基礎及び最近の改正(仮)
13:00～16:00　作業環境管理及び作業管理の実際
—騒音測定、労働衛生保護具の正しい使い方、粉じんと有機溶剤の測定—

5．研修単位の認定

日本医師会認定産業医制度産業医学研修申請予定
(合計5単位)
基礎(後期)・生涯(専門) 1単位
生涯(更新) 1単位
基礎(実地)・生涯(実地) 3単位
日本産業衛生学会産業看護職継続教育システム実力アップコース申請予定

6．参加費

事前申込み(平成21年2月27日(金)まで)
○ 日本医師会認定産業医産業医学研修単位を必要とする学会員　8,000円
○ 日本医師会認定産業医産業医学研修単位を必要としない学会員　7,000円
○ 当日会費　10,000円
○ 非学会員　10,000円

7．参加申し込み

学会誌(第50巻5号9月号)に綴込みの「郵便払込取扱票」をご利用の上、お振込ください。平成21年2月27日(金)までに申し込まれた方は、締切り後に参加票を郵送致します。なお、万一、受付の終了後に申し込み手続きをされた方々については、参加費を返金いたします。

8．事前申込締切日

平成21年2月27日(金)

9．第82回日本産業衛生学会事務局

(1)事務局代行
株式会社アクシス
〒807-0822　北九州市八幡西区瀬板1-16-1
TEL:093-603-8786　FAX:093-692-3003
E-mail:vic@axis.co.jp
(2)本部事務局
第82回日本産業衛生学会　事務局(担当:明星敏彦)
産業医科大学 産業生態科学研究所
労働衛生工学研究室内

日　程:

1日目　平成21年6月26日(金)
一般受付:12:30～
理事会:13:00～14:00
特別講演Ⅰ:14:00～15:00
シンポジウム:15:00～17:30
懇親会:18:00～

2日目　平成21年6月27日(土)
一般受付:9:00～
一般口演:9:30～12:00
代議員懇談会:12:10～12:50
総会:13:00～13:45
一般口演:14:00～15:15
特別講演Ⅱ:15:30～16:30
教育講演Ⅰ:16:30～18:30
教育講演Ⅱ:18:30～20:30
自由集会:16:30～17:30
なお、特別講演Ⅰ、Ⅱ、及び教育講演Ⅰ、Ⅱは、日本医師会認定産業医研修に申請予定です。

一般口演演題募集要項:産業保健関連の一般口演演題を広く募集します。筆頭演者名、共同演者名、所属機関名、連絡先の電子メールアドレス、演題名を大会事務局までE-mailでお送りください。申込み締め切りは平成21年5月29日(金)です。多くの皆様方の参加を期待しております。

会　費:参加費　3,000円
懇親会費　3,000～5,000円(場所、会費未定)

平成21年度日本産業衛生学会九州地方会学会のご案内(第一報)

日　時: 平成21年6月26日(金)～27日(土)
場　所: 沖縄産業支援センター
〒901-0152　沖縄県那覇市字小禄1831番地1
学会長: 青木一雄(琉球大学医学部医学科衛生学・公衆衛生学分野教授)
事務局長: 等々力英美(琉球大学医学部医学科衛生学・公衆衛生学分野准教授)
事務局: 琉球大学 医学部 医学科 衛生学・公衆衛生学分野(助教　勝亦百合子)
〒903-0215 沖縄県中頭郡西原町字上原207番地
Tel：098-895-3331　Ext：2320, 2321
Fax：098-895-1412
E-mail：epm@w3.u-ryukyu.ac.jp
詳細は下記の学会ホームページをご覧ください。
http://w3.u-ryukyu.ac.jp/epm/jsoh_kyusyu/

平成21～22年度　九州地方会役員・代議員

(五十音順)

地方会長

川本　俊弘

地方会理事

青木　一雄	青柳　潔
石竹　達也	市場　正良
加藤　貴彦	川本　俊弘
黒田　嘉紀	○住徳　松子
竹内　亨	○東　敏昭
平山　良克	藤代　一也
○堀江　正知	三角　順一
森　晃爾	

(15名)

○印：本部

代議員

青木　一雄	青柳　潔
嵐谷　奎一	伊規須　英輝
石井　敦子	石竹　達也
石原　逸子	泉　博之
市場　正良	井手　玲子
弥富　美奈子	上田　厚
大神　明	大久保　利晃
大森　久光	織田　進
小山　一郎	鹿毛　美香
加藤　貴彦	河村　裕
川本　俊弘	欅田　尚樹
神代　雅晴	黒田　嘉紀
佐土原　浩子	柴戸　美奈
住徳　松子	高橋　謙
滝川　恵子	竹内　亨
田中　勇武	田中　節子
田中　雅人	田原　由夏
筒井　保博	堤　明純
中尾　由美	中谷　淳子
永田　頌史	中之薗　美紀子
西　雅子	西田　和子
八谷　百合子	原　邦夫
原　善子	東　敏昭
日野　義之	平山　良克
廣　尚典	福光　ミチ子
藤代　一也	二塚　信
寳珠山　務	保利　一
堀江　正知	松田　晋哉
三角　順一	明星　敏彦
森　晃爾	森本　泰夫
八幡　勝也	山下　珠美
山城　愛子	大和　浩

(64名)

九州地方会理事会報告

平成20年度第2回理事会が、平成20年12月23日午後に福岡市のパピヨン24 3階 7号会議室において開催されました。主な議題は以下のとおりです。

議題

1）第1回理事会議事録要旨案
2）平成20年度事業報告中間報告及び決算報告中間報告
3）平成21年事業計画及び予算案
4）平成21年度地方会開催地について
　会期と会場：平成21年6月26～27日沖縄県那覇市
5）平成22年度地方会開催地について
6）選挙結果について

編集後記

現在、妻の勤務の都合で佐賀県武雄市に住んでいます。武雄は長崎のように坂がなく、車の渋滞がなく、どこに行くにもとても便利で、住みやすい町です。また何といっても温泉があり、家族で週1－2回行っています。温泉質がよく、湯冷めしません。おすすめです。1時間かけて大村湾を横目で見ながら長崎通いをしています。仕事は大学での教鞭の傍ら、県や市、民間企業の産業医活動を行っています。県の産業医として勤務したての10年前は、年間面談者が30名程度でありましたが、現在は半日で20名前後の面談を行い、年間延べ500名程度と10倍増えています。その他クリニックや小中学校・高校、子ども女性障害者センター（旧児童相談所）での面談など多忙な生活を送っています。忙しくて、学会にも顔を出すことができなくて、申し訳なく思っています。私たちのようなメンタルケアの従事者が多忙になるのは、世の中があまりハッピーではないとも言えます。社会全体が閉塞感に満ちてきているような感じがします。このような中、自分自身がその多忙なストレスで体調を壊さないように気をつけています。その健康管理についていくつかご紹介いたします。まず、手の爪もみを毎日3分間行っています。自律神経を刺激して、末梢循環がよくなり手足が温かく感じてきます。これを行ってから、風邪を引くようなことがなくなりました。これまで冷え性だったのが、基礎代謝が上がったような感じです。これまで運動していても体重は0.1トンから落ちなかったのですが、運動をそれほどしなくても現在は体重が95kgまで落ちています。また40度のぬるめの風呂や岩盤浴に入ったり、ビデオを借りたりしてリフレッシュしています。ブロッコリーなどの冬野菜はω3系の脂肪酸が多く、油で炒めて食べています。また免疫細胞の多くは腸にいます。免疫細胞を活性化するには、腸内細菌を善玉に変えることが大切です。そのために腸まで届く乳酸菌の入ったヨーグルトやその餌となる食物繊維、発酵食品をよくとるように心がけています。これから、風邪やインフルエンザがはやる季節です。皆様方におきましても、身体を充分ご自愛ください。（耕）

九州地方会ニュース「産衛九州」

発行　平成21年1月31日

編集正責任者：東　敏昭（産業医科大学）
編集副責任者：加藤　貴彦（熊本大学）
編集委員：青木　一雄（琉球大学）
青山　公治（鹿児島大学）
石竹　達也（久留米大学）
市場　正良（佐賀大学）
永田　耕司（活水女子大学）
永野　惠（熊本保健科学大学）
日笠　理恵（福岡県市町村職員共済組合）
山城　愛子（沖縄県産業看護研究会）
吉積　宏治（産業医科大学）
（五十音順）

（編集事務局連絡先）
〒807-8555　北九州市八幡西区医生ヶ丘1-1
産業医科大学　産業生態科学研究所
作業病態学研究室（担当：中村、東）
TEL (093)-691-7471　FAX (093)-601-2667
E-mail:saneikyushu@pumpkin.med.uoeh-u.ac.jp