

奈良産業保健推進連絡事務所

〒630-8115 奈良市大宮町1-1-32

奈良交通第3ビル3F

TEL：0742-25-3100

FAX：0742-25-3101

HP <http://www.nara-sanpo.jp/>

Eメール info@nara-sanpo.jp

Vol. 16 2013年 冬号

かわら版

◇大人の発達障害とメンタルヘルス◇

執筆者：奈良産業保健推進連絡事務所

相談員 臨床心理士 伊東眞行

文部科学省の調査によると、発達障害の可能性のある公立小中学生が6.5%に上がることが、昨年末に報道されました。今、発達障害は子供だけの問題ではなく、職場での問題としても関心をもたれるようになってきています。「ミスが多い、指示したことをすぐ忘れてしまう、空気が読めない部下にどう対応したらよいか悩んでいる」というような産業保健相談が増えています。

最近、映画監督のスピルバーグが、「自分は発達障害があるため、いろいろ苦労があった」ということを公表し、話題となりました。諸外国よりも日本の方が発達障害の人は生きづらいと言われます。日本では以心伝心で空気を読みながら行動することが重んじられる傾向があることも影響していると思われます。

昔から発達障害の人はいたのですが、今より社会も寛容で不適合になりにくかったのではないかと想像します。昔よりも現代の方が、ミスに厳しく、より効率的に仕事をこなすことが求められます。また、コミュニケーション能力を要求されるようになってきています。このような高密度管理社会であるがゆえに、適応できなくて発達障害と診断される人が増えているように思います。

発達障害には次の3タイプがあります。学習障害(LD)・注意欠陥多動性障害(ADHD)・自閉症スペクトラム(ASD)です。いずれも脳の器質的な特徴によるものです。上記の障害は2つか3つを併せ持つことが多いようです。自閉症スペクトラムは、これまでは広汎性発達障害(アスペルガー症候群及び高機能自閉症)と呼ばれてきましたが、診断分類の改定により「自閉症スペクトラム」という名称に統一されました。(DSM-5)

これらの障害があると環境からのストレスを受けて二次的にうつ症状やさまざまな精神症状を発症することがあります。ただ程度が軽くて不適合状態にまで至っていない人の場合は、個性の範囲と見なされています。むしろその特性を活かして、立派な社会的な貢献をしている人も多々おられます。

高学歴の人も多いのですが、上記の傾向があるため、仕事や人間関係でさまざまな支障をきたし、本人が悩んで相談に来られることがあります。また、上司が対応に苦慮して相談に来られることもあります。

適応上のハンディがある反面、研究職や専門職として素晴らしい才能を持っていることもあるので、いかにその優れた能力を活かせるような配慮をしていくかが対応のポイントになります。適応能力において守備範囲が狭いので、あれもこれもこなすように要求されると困ってしまいます。日本の職場環境はジョブローテーションを重んじる傾向があり、何でもこなしていくことが求められがちです。発達障害の人にとっては、これは非常に困るわけです。守備範囲の狭さを理解し、できるだけその範囲内の仕事を任せていくことが、

本人や周りの人たちのストレスを軽減することにつながります。

たとえば学習障害の傾向があれば、得手不得手が極端ですから、得意な能力を活かせる職務に配置していく。時には本人むきのオーダーメイドの職務を作り出すことが必要な時もあります。

ADHD傾向の人ではうっかりミスが多かったり、時間管理ができにくかったりします。本人の取り組みとしては、付箋（ポストイット）を多用したり、キッチンタイマーを使ったり、ハンディをカバーする便利な機械や装置を使えば、問題を減らせることがあります。職場側としてはミスが影響しやすい職務をはずしてあげたり、上司がある程度時間管理をサポートする（中間的な締め切り日を設ける等）などの対策が考えられます。

自閉症スペクトラムの人は、人の気持ちが読めなかったり、言葉を字義通りに受け取ってしまい、言葉の裏にある意味合いが読めないなどの問題が生じたりします。以心伝心や臨機応変が効かないので、あいまいな指示を避け、一つ一つ具体的で細かな指示をする。適宜、紙に書いた指示書をわたすなどの対応も必要でしょう。また、本人向けのマニュアルを作成することが有効な場合もあります。

以上のような対策は、それぞれの職場の事情があるでしょうし、一人一人で特性が違っていたりするので言うは易し行は難しということも多いかと思います。具体的な方策については試行錯誤する中で見えてくることもあると思います。

もし対応に苦慮されているようでしたら、産業保健相談に来ていただいで一緒に考えていけたらと思っております。

産業保健 Q&A

排菌している結核患者が出た場合の事業者の対応

質問

健康診断の胸部X線間接撮影で精密検査の指示があり、某病院を受診させた結果、排菌肺結核（ガフキー2号）と確定診断された社員がおります。本人は国立療養所に入院治療中ですが、下記について教えて下さい。

- ①産業医から同じ職場の80人について、胸部X線撮影・ツ反応実施の指示がありましたが、対応すべきかどうか。
- ②保健所の結核審査会での審査が、書類提出が遅延すると先送りになるとのことですが、治療はどうなるのですか。
- ③定期外健康診断というのは法的にどうなのですか。

回答: 同僚労働者に対して定期外健康診断を実施する

- ①患者は、健康診断受診以前に発病していたと推定されます。咳などの症状は不詳ですが、入院まで70日余りの日数がありますから、同じ職場の同僚は、この間接触していると推測されます。従って、産業医の胸部X線撮影・ツ反応実施の指示は適正と考えます。更に、ツ反応を1～2カ月後に実施して陽性者の検討を行うことも考えて下さい。
- ②入院先の主治医は、速やかに治療を開始します。審査会は、書類が提出されれば併せて承認するので心配はいりません。
- ③今回指示された胸部X線撮影・ツ反応等は、定期健康診断以外に実施するので定期外健康診断と呼ばれます。産業保健上必要な健康診断であって、労働安全衛生法上特別の意味はありません。難しくお考えにならず対応して下さい。
- ④結核患者が確認されますと、診断した医師は2日以内に保健所への届け出が義務付けられています。届け出を受けた保健所は専門の保健師と面接し、必要と判断されると職場にも調査に来ます。調査の結果、結核予防法に基づく接触者検診が必要となると、X線撮影・ツ反応等の実施計画を会社側に相談があります。従って、まず保健所に問い合わせるのは、いかがでしょうか。

産業保健相談員相談日のご案内

奈良産業保健推進連絡事務所では、産業保健及びメンタルヘルスに関する様々な問題について、専門スタッフがご相談に応じ、解決方法を助言いたします。

相談方法	申込方法	備考
来所（面談）	予約制	相談員の勤務日をご覧ください、事前にお申込み下さい。
電話	0742-25-3100	9時～17時
FAX	0742-25-3101	24時間受付
メール	info@nara-sanpo.jp (HPからの受付もできます)	24時間受付

※24時間受付の場合でも、回答は開所時間内とさせていただきます。

- 相談は無料です。
- 相談内容に関する秘密は厳守いたします
- どの相談員に相談してよいかわからない場合は、事務局までご相談ください。
- 担当する相談員は常勤ではありませんので、回答までに時間を要することがあります。
- ご不明な点がございましたら、事務局までお問い合わせください。

12～2月 相談スケジュール

※ 都合により変更することがあります

※ 勤務時間等詳細は事務局までお問い合わせください。

12月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
		西岡			橋戸	仲田
8	9	10	11	12	13	14
			伊藤		仲田	
15	16	17	18	19	20	21
	畠山(am)				鴻池	
			伊東	橋戸	仲田	
22	23	24	25	26	27	28
		井上				
			伊藤		仲田	
29	30	31				

1月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
		西岡				
				橋戸	仲田	
12	13	14	15	16	17	18
					上坂	
			伊藤		仲田	
19	20	21	22	23	24	25
	井上			竹村		
			伊東	橋戸	仲田	
26	27	28	29	30	31	
					鴻池	
			伊藤		仲田	

2月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
		西岡				
				橋戸	仲田	
9	10	11	12	13	14	15
	畠山					
				伊藤	仲田	
16	17	18	19	20	21	22
			井上		鴻池	
			伊東	橋戸	仲田	
23	24	25	26	27	28	
			伊藤			

地域産業保健センターのご案内

地域産業保健センターは、労働基準監督署の管轄区域ごとに1箇所ずつ設置され、産業医選任義務のない従業員50人未満の職場の事業者や従業員の皆様に対して、医師・保健師などが健康相談や保健指導のサービスなどを無料で行なっております。

- 北和地域産業保健センター 奈良市柏木町 519-7 Tel.0742-33-5235
- 葛城地域産業保健センター 大和高田市大中 106-2 高田経済会館内
Tel.0745-23-2431
- 桜井地域産業保健センター 桜井市大字金屋 136-1 桜井保健会館内
Tel.0744-43-8766
- 南和地域産業保健センター 吉野郡吉野町上市 133 吉野町中央公民館
吉野郡医師会内 Tel.0746-34-2353

連絡事務所からのお知らせ

- 奈良産業保健推進連絡事務所では、厚生労働省から委託を受け「メンタルヘルス対策支援センター」を設置し、メンタルヘルス不調の予防から職場復帰支援まで職場におけるメンタルヘルス対策についての総合支援窓口を開設しています。精神科医・カウンセラー（臨床心理士）等による窓口相談、産業カウンセラー・社会保険労務士等のメンタルヘルス対策促進員による事業場に出向いての情報提供やアドバイス（個別支援）等を実施しています。

例)

- 従業員の心の健康対策への取組方法がわからない。
- 心の健康づくり計画はどのようにつくればよいのか。
- 職場復帰支援プログラムはどのようにつくればよいのか。
- 社内スタッフや従業員への教育・研修はどうしたらよいのか。

詳細につきましては、当事務所のホームページをご覧ください。

- ※ 当事務所のホームページには、産業保健に関する情報、メンタルヘルス対策に関する情報が満載です。ぜひアクセスを！
- ※ メールマガジンへの登録をお願いします。メールマガジンを月に1度発信しています。研修会の開催案内、行政情報等産業保健に役立つ情報をお届けしています。

◆かわら版についてのご意見、お問い合わせは下記へご連絡下さい◆

〒630-8115 奈良市大宮町1丁目1番32号 奈良交通第3ビル3階

独立行政法人労働者健康福祉機構 奈良産業保健推進連絡事務所

電話：0742-25-3100 FAX：0742-25-3101

Eメール：info@nara-sanpo.jp