



(公社)神奈川労務安全衛生協会
小田原支部
小田原市本町2-3-24
TEL 0465-24-1753
発行責任者 支部長 石河 勇
編集 広報部会



乳頭温泉郷

小田原ガス棟 海野 和久氏 撮影

第69回 全国労働衛生週間スローガン

『こころとからだの健康づくり

みんなで進める働き方改革』

平成 30 年度

全国労働衛生週間を迎えて

小田原労働基準監督署 署長 ^{さそ} ^{ざき} 吟 崎 雅 夫



日頃から、会員事業場の皆様方におかれましては、当署の行政運営に御理解・御協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、全国労働衛生週間は、今年で 69 回目を迎えることとなりました。

仕事や職業生活に関する強い不安、悩み又はストレスを感じる労働者は、依然として半数を超えており、仕事による強いストレスが原因で精神障害を発病し、労災認定される労働者が平成 29 年度は全国で 506 件となり過去最多となりました。また、全国における自殺者は、被雇用者・勤め人の占める割合が 30.2% と高く、15 歳から 39 歳と社会をけん引する世代において死因順位の第 1 位となっております。深刻な状況となっております。

このほか、病気を治療しながら仕事をしている方は、労働人口の 3 人に 1 人と多数を占めており、労働者の高齢化が進む中で、病気を抱えた労働者の治療と仕事の両立への対応が職場において求められます。

このような背景等を踏まえ、本年度は、

「こころとからだの健康づくり

みんなで進める働き方改革」

をスローガンに全国労働衛生週間が展開されます。皆様方におかれましては、これを契機に、働き方を見直し、職場で働く一人ひとりの心身の健康が確保される快適な職場づくりに向けた取り組みをお願いいたします。

第 69 回全国労働衛生週間

小田原地区推進大会に参加して



平成 30 年 9 月 5 日（水）全国労働衛生週間小田原地区推進大会が小田原市民会館において開催されました。

今年度のスローガンは『こころとからだの健康づくり みんなで進める働き方改革』を掲げ、「働き方改革実行計画」に基づき、過重な長時間労働やメンタルヘルス不調等により過労死等のリスクが高い状況にある労働者を見逃さないため、医師による面接指導や産業医・産業保健スタッフによる健康相談を労働者が安心して受けられる環境整備を促進することや、ストレスチェックの結果を活用した職場環境改善の普及、病気を抱えた労働者の治療と仕事の両立支援などに取り組むこととしています。

今回の小田原地区推進大会では、小田原産業労働団体連合会長、小田原労働基準監督署長のご挨拶の後、監督署安全衛生課長から労働衛生の現状、働き方改革の概要、全国労働衛生週間についてご講演いただきました。

特別講演では、「睡眠による働き方改革」～メン

タルヘルス予防は生活習慣から～と題し、富士ゼロックス(株)産業医の相良先生から、メンタルと睡眠、仕事と睡眠の関係性など、睡眠



が果たす役割が我々の健康管理にいかに大きな影響を与えるものであるか、良い睡眠をとることで心の健康はもちろん、生活習慣病予防にも効果があることを教えていただきました。

講演の中で Power - Nap と呼ばれる 15 分程度の仮眠をとることを実際に行い、お話しだけでなく自分自身が体験することで眠気改善や気分のリフレッシュ効果を感じてみるなど、日常の中でも役に立つご講演でありました。

当社では交替勤務者が従業員の半数以上を占めており、その中には夜勤後の昼間になかなか眠れないなど、睡眠に関する悩みを持つ者もいることから、今回の講演でご紹介いただいた方法も取り入れ、良い睡眠習慣により心と身体を健康に保ち元気に生活できるよう、これを機会に社内へ展開したいと思えます。（神奈川柑橘果工(株) 和田龍一）

小田原労働基準監督署からのお知らせ

事業主の皆さまへ

「働き方」が変わります!!

2019年4月1日から
働き方改革関連法が順次施行されます

Point
1

施行：2019年4月1日～ ※中小企業は、2020年4月1日～

時間外労働の上限規制が導入されます！

時間外労働の上限について、月45時間、年360時間を原則とし、
臨時的な特別な事情がある場合でも年720時間、単月100時間未満（休日労働含む）、
複数月平均80時間（休日労働含む）を限度に設定する必要があります。

Point
2

施行：2019年4月1日～

年次有給休暇の確実な取得が必要です！

使用者は、10日以上の年次有給休暇が付与される全ての労働者に対し、
毎年5日、時季を指定して有給休暇を与える必要があります。

Point
3

施行：2020年4月1日～ ※中小企業は、2021年4月1日～

正規雇用労働者と非正規雇用労働者の間の 不合理な待遇差が禁止されます！

同一企業内において、
正規雇用労働者と非正規雇用労働者（パートタイム労働者、有期雇用労働者、派遣労働者）の間で、
基本給や賞与などの個々の待遇ごとに不合理な待遇差が禁止されます。

働き方改革
推進支援センター

働き方改革関連法に関する相談のほか、労働時間管理のノウハウ
や賃金制度等の見直し、助成金の活用など、労務管理に関する課
題について、社会保険労務士等の専門家が相談に応じます。

電話 045-307-3775

▶検索ワード：働き方改革推進支援センター

<http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000198331.html>

改正法の詳細は厚生労働省HP『「働き方改革」の実現に向けて』をご覧ください。

<http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000148322.html>

☆ 神奈川労働局長表彰 受賞事業場 ☆

神奈川労働局長 優良賞 三菱瓦斯化学株式会社 山北工場

安全衛生活動計画が策定され、計画的な安全衛生活動を関係請負人の労働者も含めて実施しており、安全意識を高揚させるための危険の見える化や転倒災害防止プロジェクトを積極的に推進している。

職場の危険要因を見落とさないよう想定ヒヤリハットを全職場で実施しており、危険要因の把握に努め、把握されたものについては、リスクアセスメントの実施により危険要因等の共有化が図られている。

近年増加傾向にある荷役作業時における労働災害を防止するため、荷主として積極的に作業架台や安全带取付設備の設置を行うと共に、自社のみならず関係請負人に対する安全教育も実施するなど、製造業荷主事業者の墜落災害防止の取り組みとして先進的である。平成 17 年 7 月 22 日以降無災害を継続しており、他の模範である。

神奈川労働局長 奨励賞 株式会社 メイジフローシステム

「社内労働災害防止計画」の内容を労働者全体で共有する目的から、職場毎に安全宣言、重点実施項目及び具体的実施事項を定め、実施事項を毎月確認している。

重点対策として、危険感受性の向上のため「危険体感道場」を経験させることや荷役作業の災害防止を定めている。

リスクアセスメントについては、産業安全及び化学物質の双方が計画的に実施されており、全員にヒヤリ抽出の推進や、非定常時も含めたリスク評価表の作成を行い、覆いの設置や変更等の工学的対策により本質安全化を推進しリスク除去が図られている。

小規模事業場の事業者と労働者の皆さんへ

地域の産業医による健康相談・保健指導は無料健康相談窓口をご利用下さい

労働者が心身ともに健康で働き続けられるように、長時間労働面接指導、メンタルヘルス対策や生活習慣病予防など、事業場が行う労働衛生管理の支援をするために、「県西地域産業保健センター」では、地域の産業医による面接指導や健康診断の事後措置などの無料健康相談・保健指導を行っています。

1. 無料健康相談窓口ご利用時間（ご利用希望の方は、事前にご連絡を下さい）
13時から15時まで
2. 相談日（平成30年10月から平成31年3月までの相談日は次のとおりです）
10月3日(水) 10月22日(月) 11月5日(月) 12月5日(水) 12月19日(水) 1月15日(火)
2月7日(木) 2月22日(金) 3月6日(水) 3月22日(金)

3. 相談窓口会場

【おだわら総合医療福祉会館内 小田原市久野 115-2 県西地域産業保健センター 4F 事務所】

この他に事業者や労働者が利用し易いように、各企業の要請により、産業医による産業保健指導を小田原市、湯河原町、南足柄市、松田町、箱根町、開成町、山北町、中井町、真鶴町、大井町の各企業に個別訪問して対応していますので御利用下さい。

連絡先 0465-66-6040（月～金曜日の祭日を除く10時から16時までにご連絡ください）

厚生労働省委託事業【協力：小田原医師会・足柄上医師会】 TEL 0465-66-6040

県西地域産業保健センター FAX 0465-66-6044

■小田原市久野 115-2（おだわら総合医療福祉会館内 4F）コーディネーター 剣持 收
コーディネーター 川久保恒明

健康保持増進講習会に参加して

去る7月27日(金)小田原青色会館において、健康保持増進講習会が開催されました。

内容が濃く、(1)富士ゼロックス(株)産業医の相良雄一郎先生による「メタボと睡眠」、(2)認知症疾患医療センター曾我病院の田中香枝先生による「若年性認知症を知っていますか」、(3)小田原保健福祉事務所の岩本雅子先生による「認知症を知って認知症の人を地域でやさしく見守るために」、(4)労働安全衛生コンサルタントの久富美紀子先生による「職場における受動喫煙防止のために」という演題での講演でした。

相良先生の講演では、メタボの説明に始まり、睡眠の役割、そしてメタボを意識した睡眠五カ条の説明がありました。食事と睡眠は密接に繋がっていて、食物繊維の摂取は深睡眠、糖質を取り過ぎると中途覚醒となることや日常朝型・習慣朝型の適応サイクル、日光が骨を強くする、日々の運動が睡眠を改善するという話のテンポの良さ、聞きやすさもあって、とても良く印象に残りました。

田中先生の講演では、若年性認知症のわかりやすい説明を頂き理解が深まりました。

岩本先生の講演では、コグニサイズ(運動で体の健康を促すと同時に脳の活動を活発にする機会を増やし、認知症の発症を遅延させることを目的としたもの)を実践しました。歌いながらの手と足の動作を合わせる面白い運動ですが、短い時間でも、毎日続けることにより効果がでると感じました。

久富先生による受動喫煙防止についての講演では、副流煙が食堂に流れ込んでいた事例を実地指導により改善したことを紹介頂きました。受動喫煙防止対策に関する相談窓口もありますので、対策を検討されている方は、相談してみてもはいかがでしょうか。



(アサヒビール(株) 前田裕弘)

25年ぶりに神奈川県で開催される全国産業安全衛生大会のご案内
みんなで参加して、安全意識・知識のアップを図ろう！！

第77回 全国産業安全衛生大会 in 横浜
大会テーマ 安全・健康の決意新たにトップの率先 現場の改善
平成30年 10月17日(水)～19日(金)

会場 総合集会：10月17日 横浜アリーナ 参加費 12,900円(税込み)
分科会：10月18日、19日 パシフィコ横浜、大さん橋ホール、はまぎんホールほか

同時開催 緑十字展2018 会場：パシフィコ横浜

主催：中央労働災害防止協会 小田原支部経由申込みにより割引(¥11,600)
協力：公益社団法人神奈川県労働安全衛生協会
協賛：各都道府県労働基準協会(連合会)ほか 後援：神奈川県、横浜市ほか

問い合わせ、参加券の申込みは 小田原支部まで まだ間に合います！！

[事務局だより]

事務局長 退任のご挨拶

石塚 金蔵



6年に亘り会員及び小田原労働基準監督署のご協力、ご支援を賜り、事務局業務を全うすることができ、心から御礼申し上げます。

今、振り返ると苦勞も多かったですが楽しい6年間でした。事務所の引越し・HPの立ち上げ・講習会NET申込の導入等、今後の基礎づくりを行ってきたと思います。事務局長を引き継ぎますが、今まで以上に当協会を活用して頂ければと思います。

最後に会員の皆様の益々のご発展・ご安全をお祈りいたします。

新事務局長 新任のご挨拶

かまた みつろう
鎌田 光郎



このたび、石塚さんの後任として事務局長を務めることになりました鎌田です。

会社生活の後半、安全衛生やリスクマネジメントに携わり、その間、よく使われたのが「安全と安心」という言葉でした。最近「働き方改革」という行動レベルでの変化を求める掛け声に変わってきました。AIや自動運転のように黙っていても便利で安心な社会環境になっていく一方で、自身で危険を感じ回避する能力や自己の健康管理力が社会の安心を形成するベースになってきたと感じています。そんな時代の変化に答えられるような労務安全衛生活動は何か、自問自答しながらやっていきたいと思っています。引き続きご協力のほどよろしくお祈りいたします。

[10月～12月行事案内]

- * フォークリフト技能講習会(技能)
 - ・10月4日(木) 平塚アリーナ
- * K Y T基礎実践研修会
 - ・10月9日(火) 青色会館
- * フォークリフト技能講習会(実技)
 - ・10月11日(木) 協会フォークリフト運転技能講習所
- * クレーン特別教育
 - ・10月24日(水) マロニエ
- * 有機溶剤作業主任者技能講習会
 - ・10月25日(木)～26日(金) 平塚勤労会館
- * 安全管理者選任時研修
 - ・10月26日(金) マロニエ
- * 安全衛生担当者実務講習会
 - ・10月31日(水) 富士フィルム研修センター
- * 有機溶剤業務従事者に対する労働衛生教育
 - ・11月1日(木) 青色会館
- * 職長教育
 - ・11月8日(木)～9日(金) 青色会館
- * リスクアセスメント研修(基礎コース)
 - ・11月13日(火) 青色会館
- * ガス溶接技能講習
 - ・11月15日(木) 学科 平塚勤労会館
 - ・11月18日(日) 実技 日産車体株研修センター
- * 安全衛生推進者養成講習会
 - ・11月20日(火)～21日(水) 青色会館
- * 安全管理者選任時研修
 - ・11月28日(水) 青色会館
- * 安全衛生担当者実務講習会
 - ・11月29日(木) 青色会館
- * 衛生推進者養成講習会
 - ・11月29日(木) 平塚支部
- * 粉じん特別教育
 - ・12月4日(火) 青色会館
- * 労務管理講習会
 - ・12月6日(木) 青色会館

散 歩 道

仕事を終え、駅でふと目にしたポスター「盆栽展」。箱根にある強羅公園でのイベントだ。去年までそこに勤めていた私には非常に斬新に思えた。

盆栽はもともと中国で行われていた「盆景」が始まりで、日本には平安時代に伝わったらしい。植木鉢の中に自然の風景を作り出すため、手間と時間をかける。

もう40年位前の話だが、父が盆栽市に行き小さな盆栽を買ってきて、色々な方向から眺めていた。幼い自分には何が楽しいのか分からず、手に取って見ていたら、ついには落として鉢を割ってしまった。父は怒らなかつたが、少し寂しそうだった。今思えば、本当に申し訳なく思う。

自分も今、その頃の父と同じくらいの年になり、心落ち着くものに少し興味が湧いてきた。「盆栽展」に行き、日本の文化を楽しんで来ることにしよう。

(広報部会 米山英男)