

I N D E X

◆ 所長からのメッセージ ◆

長時間労働に伴う疲労の蓄積とその予防について

◆ TOPICS ◆

- 1 平成20年度における脳・心臓疾患及び精神障害等に係る労災補償状況について
- 2 職場における熱中症の予防について
- 3 平成21年度「安全衛生に係る優良事業場、団体又は功労者に対する厚生労働大臣表彰」の受賞者について

◆ 相談員の窓 ◆

パワハラでのうつ病も労災認定へ

◆ 職業性疾病発生事例 ◆

- ・ 特定化学物質による中毒等
- ・ 酸素欠乏症等

◆ 新着情報 ◆

- ・ 新着冊子のご案内
- ・ 新着ポスター・リーフレットのご案内

◆ 研修・セミナーのご案内(7月・8月)◆

---

◆ 所長からのメッセージ ◆

長時間労働に伴う疲労の蓄積とその予防について

大分産業保健推進センター所長 三角 順一

昨今の労働者の皆さんを取り巻く環境は、以前にも増して一段と厳しいものがあるものと推察されます。労働密度の過密化や時間外労働の増加、日曜、祝日出勤、あるいは、自宅での書類作りなど、止むを得ずせざるを得ないことも少なくないものと思います。

厚生労働省は、時間外労働に伴う過重労働と慢性疲労の予防、疲労状態の早期発見と早期対策を実行することにより、長時間労働と過重な業務に関連した元々個人の持っているメタボリックシンドローム等の持病の悪化による脳・心血管障害、メンタル不全等の発生の防止を進めるための法整備を進めてまいりました。平成18年4月から、従業員50人以上の事業場においては、一ヶ月間の時間外労働が、100時間を超え、申し出のあった労働者に医師の面接指導が義務づけられました。平成20年4月からは、50人未満の事業場においても、事業主は、月100時間を超える時間外労働を行った労働者で申し出があったものについて、医師の面接指導を受けさせなければなりません。2～6ヶ月間の間に、平均時間外労働が、80時間を超える労働者についても、医師の面接指導を受けさせるよう努めなければなりません。

事業主は、受けさせなくても、罰せられることは、ありませんが、万一、病気や死亡事故などが起こった場合には、安全(健康)に配慮すべき義務を怠ったとして責任を問われることも考えられます。

産業医のいない50人未満の事業所においても、面接指導する医師は、産業医の資格を持った人が、その任に当たることが求められます。所轄の地域産業保健センターの方に問い合わせ、先生を紹介してもらって頂きたいと思います。

さて、疲労について、簡単に述べておきたいと思います。

疲労は、休息をとれば、必ず回復する「疲れた」という感覚について表現する言葉である。疲労を大きく分類すると全身疲労と局所疲労、動的疲労と静的疲労、肉体疲労と精神疲労、急性疲労と慢性疲労、日周性疲労などに分けることができます。全身疲労、肉体疲労、動的疲労および急性疲労は、気持ちの良い疲れだと言われておりますが、それに反して、局所疲労、精神疲労、静的疲労および慢性疲労は、不快感を伴うことが多いと言われております。

ともあれ、私たちの体は、本来の通常あるべき状態から外れてくると元に戻そうとする力が働き、最も良い状態に自然に回復する。このような私たちの体の働きをホメオスターシス、恒常性維持機構という。このような身体の働きが、何の無理もなく作動するように、私たちは、自己の生体のためにその条件や環境を整えてあげなくてはなりません。

「疲れた」と感じたら、十分な睡眠を取ることが、何よりも大切です。「疲れた」と感じることのない人は、周りが配慮して、休息を取るよう進言して休ませることが必要です。

元気で長生きをするためには、有害な健康阻害要因を排除するのみならず、より良い条件を確保する闘いを毎日、休みなく果敢に進めていかなければなりません。事業主に置かれては、必要な労働者に対して、医師による面接指導を積極的にされますよう期待いたします。

特に、大事なことは、①6時間以上の睡眠の確保と適度の休養、②体の機能が正常に働くための栄養の確保、③バランスのとれた栄養素を含む三食の食事を摂取すること、④適度の運動を週3回以上行うこと、⑤心の持ち方を、生き生きとなるように常に訓練を怠らないことなどです。

上に述べました5つのことを肝に銘じて、健康確保のため毎日精進されることを心から願っています。

---

## ◆ TOPICS ◆

### 1 平成20年度における脳・心臓疾患及び精神障害等に係る労災補償状況について

(1)「過労死」等事案の労災補償状況(別添資料(表 1-1~6、図 1-1~4)のとおり)(PDF:291KB)

- ア 請求件数は889件であり、前年度に比べ42件(4.5%)減少。
- イ 支給決定件数は377件であり、前年度に比べ15件(3.8%)減少。
- ウ 業種別では請求件数、支給決定件数ともに「運輸業」が最も多い。
- エ 職種別では請求件数、支給決定件数ともに「運輸・通信従事者」が最も多い。
- オ 年齢別では請求件数、支給決定件数ともに50~59歳が最も多い。

(2)精神障害等事案の労災補償状況(別添資料(表 2-1~6、図 2-1~4)のとおり)(PDF:282KB)

- ア 請求件数は927件であり、前年度に比べ25件(2.6%)減少。
- イ 支給決定件数は269件であり、前年度に比べ1件(0.4%)増加。
- ウ 業種別では請求件数、支給決定件数ともに「製造業」が最も多い。
- エ 職種別では請求件数は「事務従事者」が最も多く、一方、支給決定件数は「専門的・技術的職業従事者」が最も多い。
- オ 年齢別では請求件数、支給決定件数ともに30~39歳が最も多い。

## 2 職場における熱中症の予防について

### (1) 職場における熱中症の発生状況等について

職場における熱中症の予防については、平成8年の通達「熱中症の予防について」(平成8年5月21日付け基発第329号)などにより取組みを推進していますが、災害はあとを絶たず、平成20年には17名の労働者が熱中症で死亡者数しており、また、熱中症により休業(4日以上)した者も年間約300名(平成19年)に上っています。

さらに、糖尿病、高血圧症等が一般に熱中症の発症リスクを高め、それらを踏まえた健康管理の徹底を図る必要があるなどの状況にあります。

### (2) 熱中症の予防対策の改正について

熱中症を予防するため、上記の状況、専門家による検討をも踏まえて、今般、上記通達による対策を改正しました。

今後、都道府県労働局、労働基準監督署を通じた事業場への指導、業界団体への取組みの要請などにより、新たな「職場における熱中症予防対策」の推進を図ることとしています。

### (3) 新たな「職場における熱中症予防対策」のポイント

- WBGT値(湿球黒球温度℃)を求めること等により、職場の暑熱の状況を把握し、必要な作業環境管理、作業管理、健康管理等を行うこと
  - 計画的な熱への順化期間(熱に慣れ、その環境に適応する期間)の設定
  - 自覚症状の有無にかかわらず水分・塩分の摂取
  - 熱中症の発症に影響を与えるおそれのある疾患(糖尿病等)を踏まえた健康管理など
- …以下省略…

<http://www.mhlw.go.jp/houdou/2009/06/h0616-1.html>

## 3 平成21年度「安全衛生に係る優良事業場、団体又は功労者に対する厚生労働大臣表彰」の受賞者について

厚生労働省においては、安全衛生成績が極めて高い水準に達し他の模範と認められる優良事業場又は団体、長年にわたり労働安全衛生に尽くし安全衛生水準の向上発展に多大の貢献をした功労者等に対して、厚生労働大臣表彰を行っています。

本年度は、35事業場、2団体及び40名に厚生労働大臣表彰を行います。

### (1) 受賞者

平成21年度「安全衛生に係る優良事業場、団体又は功労者に対する厚生労働大臣表彰」の受賞者が別添(PDF:176KB)のとおり決定されました。

### (2) 表彰の種類及び数

#### ア 優良賞(12事業場)

安全衛生に関する水準が特に優秀で他の模範であると認められる事業場に対する表彰

#### イ 奨励賞(23事業場)

安全衛生に関する水準が優秀で改善のための取組が他の模範であると認められる事業場に対する表彰

#### ウ 団体賞(2団体)

安全衛生活動を活発に推進し、関係事業場の安全衛生水準の向上に顕著な功績があった団体に対する表彰

#### エ 功労賞(5名)

長年にわたり労働安全衛生に尽くし、我が国の安全衛生水準の向上発展に多大な貢献をした個人に対する表彰

オ 功績賞(29名)

地域、団体又は関係事業場における安全衛生活動において指導的立場にあり、当該地域、団体又は関係事業場の安全衛生水準の向上発展に多大な貢献をした個人に対する表彰

カ 安全衛生推進賞(6名)

長年にわたり安全衛生関係の業務に従事し、地域、団体又は関係事業場の安全衛生水準の向上発展に多大な貢献をした個人に対する表彰(功績賞に該当する個人を除く。)

### (3)表彰の方法

ア 中央表彰式(7月1日(水)12時00分 於:グランドプリンスホテル赤坂 [別紙参照](#))において授与するもの

優良賞

団体賞

功労賞

イ 都道府県労働局長が伝達するもの(本年度中に伝達するもの)

奨励賞

功績賞

安全衛生推進賞

<http://www.mhlw.go.jp/houdou/2009/06/h0622-1.html>

---

## ◆ 相談員の窓 ◆

パワハラでのうつ病も労災認定へ

産業保健(基幹)相談員

田吹 好美(翔労働衛生コンサルタント事務所所長)

厚生労働省は4月6日、仕事を原因とするうつ病などの精神疾患や過労自殺の労災認定基準について、10年ぶりに見直しを行いました。

会社の合併や成果主義の採用、効率化など働く環境の変化を念頭に入れ、ストレスの要因となる職場の出来事として「多額の損失を出した」「ひどい嫌がらせやいじめ、暴行を受けた」「非正規社員であることを理由に差別や不利益を受けた」「違法行為を強要された」など12項目の判断基準が追加されており、今後、労災が認定されやすくなるとみられます。

### ●では、パワハラってなに？

1. 職権などのパワーを背景にして
  2. 本来の業務の範疇を超えて
  3. 継続的に
  4. 人格と尊厳を傷つける言動を行い
  5. 就労者の働く環境を悪化させる、あるいは雇用不安を与えること
- 著書『上司と部下の深いみぞ』岡田康子(紀伊国屋書店)

### ●具体的なパワハラ言動とは？

一口にパワハラといっても、直接的な暴力や暴言で傷つけるものから、無視したり、仕事を与えないことで精神的な苦痛に追い込まれるものまでさまざまです。4つの型にまとめると

(攻撃型)

- ・他の社員たちの前で怒鳴る

- ・1人だけ呼び出して怒鳴る
- ・机や壁などを叩いて脅す
- ・ねちねちと嫌味を言う
- ・肉体的暴力を振う など

(否定型)

- ・仕事をすべて否定する
- ・人格を否定する
- ・能力を低く評価する
- ・病人扱いをする など

(強要型)

- ・自分のやり方を無理やり押し付ける
- ・責任をなすりつける
- ・サービス残業を強要する など

(妨害型)

- ・仕事を与えない
- ・必要なものや情報を与えない
- ・辞めさせると脅す
- ・休ませない など

多くのパワハラ行為者は、自分の発する言葉の重みをそれほど意識しておらず「指導の範囲」だと思いついており、パワハラを自覚していない場合もあります。「口が悪いのはキャラだから」「毒舌も愛情の裏返し」、また、それに耐えるよう暗黙のうちに要求しているケースも見られます。

●パワハラの受け止め方、悩みは人により異なる

相手の受け止め方はそれぞれ異なります。受け取る側の気持ち大切です。人の尊厳を踏みにじるようなひどい言葉をかけられたり無視されたりすると、気の弱い人は「自分は価値のない存在であり、周りに迷惑をかけている」と思われてしまいます。そして、その思いを誰にも相談できず、一人で悶々と悩み、憂鬱を深めて精神疾患にまで展開させてしまうこともあるのです。職場では自分も他人も大切な人と扱い、人間関係を良好に保つことが望まれます。また、悩みがあれば一人で悩まず誰かに相談することが大切です。

---

◆ 職業性疾病発生事例 ◆

(2例 ー平成19年ー)

例 1 特定化学物質による中毒等

【有害要因】

二酸化硫黄

【業種】

飲料製造業

【発生月】

7月

【被災者数】

中毒 2名

【発生状況】

工場内試験室において、ビール製品等の分析を行うため、分析する物質に硫酸、過酸化水素水を混合したものを、ドラスト内に設置した分解器で過熱して反応させ、15分間冷却した後でドラスト外に仮置きしたところ、仮置きした分析物付近で作業を行っていた者が分析物の反応過程で発生した二酸化硫黄(亜硫酸ガス)を吸入し、中毒となった。

【発生原因等】

- ・ 作業標準の不適切
- ・ 危険有害性の認識不足

例 2 酸素欠乏症等

【有害要因】

酸素欠乏症

【業種】

製造業

【発生月】

7月

【被災者数】

死亡 1名

【発生状況】

被災者は、アルミコイルを熱処理する炉の作業箇所の確認のため当該炉内に立ち入った。しかし、炉には酸化防止のためアルゴンガスが充填されていたことから、酸素欠乏空気を吸引して被災し、同日死亡した。

【発生原因等】

- ・測定未実施
- ・換気未実施
- ・空気呼吸用未使用
- ・ガス流入遮断せず
- ・連絡調整体制不備
- ・立入禁止措置不十分

---

◆◆ 新着情報 ◆◆

[新着冊子のご案内](#)

■ 産業保健21

[新着ポスター・リーフレットのご案内](#)

■ 熱中症のリーフレット

■ 熱中症のポスター

センターにて無料配布しております。

---

◆ 研修・セミナーのご案内(7月・8月)◆

※赤い字で表記されました日時・会場等は、変更になっています。ご注意ください。

■産業医研修

時間:18:30~20:30

会場:別府市医師会 会議室

7月10日(金)第9回

「職場のメンタルヘルスと自殺予防」

影山 隆之(大分県立看護科学大学 専門看護学講座精神看護学 教授)

★単位数 基礎研修:後期 2 生涯研修:専門 2

■産業医研修

時間:18:30~20:30

会場:大分産業保健推進センター 会議室

8月5日(水)第10回

「医療職のバーンアウトとメンタルヘルス」-予防的視座から-

上野 徳美(大分大学医学部 社会心理学講座 教授)

★単位数 基礎研修:後期 2 生涯研修:専門 2

産業医研修のページ

[http://www.oita-sanpo.jp/H21\\_training/H21\\_doctor.htm](http://www.oita-sanpo.jp/H21_training/H21_doctor.htm)

受講お申し込みはこちらからどうぞ

<http://www.oita-sanpo.jp/mail/kenshu.cgi>

■衛生管理者・安全衛生担当者・事業主・看護職等研修

時間:14:00~16:00

会場:大分産業保健推進センター 会議室

7月7日(火)第8回

「職場復帰と双極スペクトラム」寺尾 岳(大分大学医学部 精神医学講座 教授)

7月15日(水)第9回

「職場のストレスとメンタルヘルスケア」上野 徳美(大分大学医学部 社会心理学講座 教授)

7月28日(火)第10回

「職場でもできる東洋医学的健康法」垣迫 真一(垣迫内科医院 院長)

8月6日(木)第11回

「医療機関におけるホルムアルデヒド及びエチレンオキシドガス取扱い作業場の作業管理並びに作業環境管理対策について」田吹 光司郎(大分労働衛生管理センター環境測定部 部長)

8月13日(木)第12回

「作業環境測定結果の見方」田口 信康(大分労働衛生管理センター環境測定部 副部長)

8月25日(火) 第 13 回

「自殺の危険への対応の実際」 渡嘉敷 新典 (シニア産業カウンセラー)  
衛生管理者・安全衛生担当者・事業主・看護職等研修のページ

[http://www.oita-sanpo.jp/H21\\_training/H21\\_eisei.htm](http://www.oita-sanpo.jp/H21_training/H21_eisei.htm)

受講お申し込みはこちらからどうぞ

<http://www.oita-sanpo.jp/mail/kenshu.cgi>

---

■カウンセリング研修

時間:18:30~20:30

会場:大分産業保健推進センター 会議室

---

7月14日(火) 第 4 回

「事例検討」 渡嘉敷 新典 (シニア産業カウンセラー)

8月11日(火) 第 5 回

「積極的傾聴のグループワーク」

渡嘉敷 新典 (シニア産業カウンセラー)・佐用 槇子 (産業カウンセラー)

カウンセリング研修のページ

[http://www.oita-sanpo.jp/H21\\_training/H21\\_cau.htm](http://www.oita-sanpo.jp/H21_training/H21_cau.htm)

受講お申し込みはこちらからどうぞ

<http://www.oita-sanpo.jp/mail/kenshu.cgi>

---

■産業看護職等研修

時間:14:00~16:00

会場:大分産業保健推進センター 会議室

---

7月24日(金) 第 1 回

「熱中症予防対策について」 三角 順一 (大分産業保健推進センター 所長)

産業看護職等研修のページ

[http://www.oita-sanpo.jp/H21\\_training/H21\\_sangyokango.htm](http://www.oita-sanpo.jp/H21_training/H21_sangyokango.htm)

受講お申し込みはこちらからどうぞ

<http://www.oita-sanpo.jp/mail/kenshu.cgi>

---

■産業保健セミナー

時間:14:00~16:00

会場:豊肥地域産業保健センター(豊後大野市医師会)

---

8月27日(木) 第 1 回

「過重労働と面接指導」 三角 順一 (大分産業保健推進センター 所長)

産業保健セミナーのページ

[http://www.oita-sanpo.jp/H21\\_training/H21\\_semi.htm](http://www.oita-sanpo.jp/H21_training/H21_semi.htm)



受講お申し込みはこちらからどうぞ

<http://www.oita-sanpo.jp/mail/kenshu.cgi>

---

メールアドレスの変更、配信停止、ご意見・ご感想は、[info@oita-sanpo.jp](mailto:info@oita-sanpo.jp) までお願いします。

皆様のご意見をお待ちいたしております。

今月も最後までお読みいただきまして、ありがとうございました。

■ ■ ..... ■ ■  
Oita Occupational Health Promotion Center

独立行政法人 労働者健康福祉機構

大分産業保健推進センター

〒870-0046 大分県大分市荷揚町 3-1 第百・みらい信金ビル 7F

TEL:097-573-8070 FAX:097-573-8074

<http://www.oita-sanpo.jp> / E-mail: [info@oita-sanpo.jp](mailto:info@oita-sanpo.jp)

■ ■ ..... ■ ■