連合愛知
・労災の防止
・快適な職場
・心身の健康

センターだより

愛知県勤労者安全衛生研究センター
〒456-0002
名古屋市熱田区金山町1丁目14−18
ワークライフプラザれあろ3F
TEL(052)684−０００３
FAX(052)684−０３０３
連合愛知ホームページからも閲覧できます
http://www.rengo-aichi.or.jp

健康管理が大転換！
データヘルスを活用した企業戦略

健康づくり指導者セミナーは１０月２日（木）～３日（金）あいち健康の森　健康科学総合センターで行われた。

連合愛知からの参加者は１０名、全体では７０名が参加した。

今回の研修の主要なテーマ「データヘルス」。

聞いたことがありますか？

これからの日本のあり方をも左右する非常に重要なテーマであり、これまでの健康管理の考え方に大改革をもたらすことは間違いない。

データヘルスとは
ヘルス（健康）とデータをくっつけた造語。
レセプト（診療報酬明細書）や特定健診・特定保健指導などの多くのデータに基づく健康づくり・健康戦略のこと。

津下一代健康科学センター長の講演は「データヘルスを活用した企業戦略」。概略は以下のとおり。

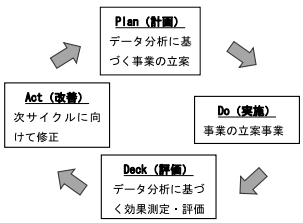
データヘルスは今年からモデル事業がスタートし、下半期からは全ての健保で計画を作ることになる。

また、今年は健康予防元年として、国が大きく舵を切る。厚労省はもとより経済産業省、内閣府など政府もろとも健康政策をやらないと日本は危ない。という観点に立ってルールが変えられようとしている。

医療費と介護給付費で国が潰れないように、どうしたら元気なままで働く人や国民に対し負担がかからない社会を作るかという観点で大きく変わっていく。

大転換期

高齢社会が進んで今の子供たちがおじいさんになっても日本はいい国だという状態を続けなければならない。



健康寿命（自立して生活を営める期間）を延ばすことが経済にとっても非常に重要になる。これまでの病気対策から病気予防、健康投資へシフトしていくことになる。

これまでの５０年のデータから健康寿命を劣化させる原因もはっきりと解ってきた。

特に脳卒中・心筋梗塞・糖尿病などは生活習慣の改善で予防できるもの。それをデータによってPDCAサイクルを回しながら健康にいいことをやる。寿命を縮める原因を考えて効果がある方法を考える。

そして、早く対策を実施しなければならない、待ったなしの状況である。

コラボヘルス

日本の医療費は、現在３９兆円でこれが２０２５年には６０兆円になると予想され、保険料収入が１９兆～２７．９兆円で残りが税金と自己負担が増えると考えられる。このままだと稼いだ給料が全部税金と医療費に取られかねない。

健康であることが、本人・家族の幸せはもとより、健保組合財政の健全化や企業の生産性の向上にもつながる。そこで、健保組合と事業主が共同して取り組むことが重要となる。短期的には、現在データの悪い人の対策を、長期的には２０代３０代の若い頃から生活習慣から変えていくことが大切だ。

禁煙、節酒、減塩、運動、適正体重

喫煙はがんをはじめ多くの病気の危険因子となっている。禁煙は早ければ早いほど寿命が延びる。だから、できるだけ大事な柱として欲しい。

介護の要因は脳卒中が多い。その危険因子は、高血圧、喫煙、肥満等々である。血圧を下げるために薬だけ飲めばいいのではなく、減塩や運動・体重を減らすなど血圧を高くする原因を減らしていかないと脳卒中の発症リスクは下げきることはできない。もちろん、高いまま放置してはいけないが、生活習慣を改善すれば薬を飲まなくても済むこともできる。また、野菜を多くとることは減塩に効果がある。

健康対策はみんなでやらなければならない。だから、職場での健康づくりの機運を盛り上げ、禁煙・節酒・運動など社員の健康意識を高める。

そして、環境づくりも大切で、分煙、食堂のヘルシーメニューの提供、個人へ受診勧奨や保健指導などの働きかけ、健康づくりの定期的な情報提供や家族に対しても健康情報提供を考える。いろんなアプローチがあると思うが、来年の検診が楽しみだと言えるようにしていただきたい。

安全衛生Q&A

【問題】衛生管理者として行うべき措置について適切なものはどちらか

（イ）労働衛生教育の実施
（ロ）ボイラー取扱作業主任者の選任

答えと解説は裏面

エイズデーフォーラム・総会

連合愛知「２０１４エイズデーフォーラム」
と　き　１２月1日（月）１４：30～１5:30
ところ　れあろ６階大会議室　定期総会前段

連合愛知安全衛生センター第２６回定期総会
と　き　１２月1日（月）１５：４０～１７：００
ところ　れあろ６階大会議室　同時開催

総会議案・エイズデーフォーラム開催を確認
連合愛知安全衛生センター第４回理事会開催

１０月９日（木）今年度最後の理事会を行った。

持田理事長は、愛知労働局の労災発生状況速報値について、若干減少しているが、労災死亡者は３８名（前年比△２名）、４日以上休業災害は４，０４１件（前年比△３９４）と速報値は若干減少している。多くの仲間が被災しており、働く仲間の安全確保、健康確保の取り組みは何より優先される。と各組合における取り組みを要請した。その後、構成組織から出された以下の理事の交代について確認し、新理事の自己紹介を行った。

構成組織	新	旧
自動車総連	山口英治	若林健
ＵＡゼンセン	加藤浩	福田邦佳
基幹労連	西川智雄	廣田信行
電力総連	山田毅	星野剛志
ゴム連合	山田裕規	森田健
国税	植手基明	神田広治

主要な議題は、安全衛生センター第２６回定期総会に関わる案件で、①２０１４年度活動報告、２０１４年度決算報告および同会計監査報告、②２０１５年度活動計画（案）③２０１５年度予算（案）等について論議を行った。さらに、例年総会時に行っている連合愛知「エイズデーフォーラム」の開催についても、満場一致確認した。

今回の理事研修は、ＤＶＤによる「職場の救命措置と応急手当」で、いざという時には、人工呼吸や心臓マッサージなどなかなか即応ができなかったという経験も聞かれ、日ごろからの備えが重要であることを再認識した。

けちな飲み屋とお地蔵様

連合愛知安全衛生担当者研修会報告２愛知産業保健総合支援センターの榔野誠（なぎの　まこと）氏の講演の内容を報告する。

１．メンタルヘルスの基礎知識

榔野　誠　氏

自殺者は１９９８年から２０１１年まで３万人を超え、減ったとはいえ高止まりし、交通事故死の６倍近くとなっている。また、先進国の中では多い方であり、国も自殺者防止に力を入れている。

うつ病と躁うつ病の患者数は１９９６年が４３．３万人、２００８年には１０４．１万人に増加した。そのうち、女性が６割、男性が４割、一方、自殺者は男性が７割、女性が３割である。厚労省の健康状況調査では、仕事や職業生活に強い不安やストレスを抱える労働者が６割前後で推移している。要因別で１番多いのは「職場の人間関係」、２番は「仕事の質」、３番は「仕事の量」となっている。

ストレスは生きているうちは続くが、サポートがあれば和らぐ。

メンタル不調の代表例として以下の４つがある。

① 統合失調症　妄想や幻覚が生じる。
② 双極性障害　ハイテンションや沈んだ状態が交互に現れる。
③ うつ病　朝の身支度ができない。午前中に仕事に行けなくなる。好きなことができなくなる。体に痛みがおこる。
④ パニック障害　狭い空間の中に入ると不安や押しつぶされるのではないかと恐怖を覚える。

２．早期発見と相談体制

うつ状態の自覚症状から睡眠障害や食欲低下、作業能力の低下、自殺念慮等々の該当する項目がいくつあるかによって判断している。

うつ病の治療は「命のエネルギー」をうまく貯めることなので、休養・休業、抗うつ薬の摂取等が必要となる。

「**けちな飲み屋**」のサインで早期発見に努める。

「け」欠勤（特に休み明け）
「ち」遅刻・早退
「な」泣き言をいう
「の」能率の低下
「み」ミス、事故
「や」やめたいと言い出す

いつもと様子が違う、欠勤・遅刻・早退が増える。無断欠勤がある。涙もろくなる、ミスが目立つというような変化があった場合のサインに気づいたら、上司は声掛けをしよう。

声掛けのポイントとしては、さりげなく、穏やか口調で上司として心配している気持ちを伝え、必要により面談を行う。

面談のポイントしとては、誠実な態度で聴くこと。真剣に聞いているという姿勢が大事で、批判的な態度や助言を与えること、励ますこと、話をそらすことはやってはいけない。

コミュニケーションのポイントとしては、非言語の方が伝達効果が高いということ。どんなに丁寧な言葉を使っても表情や態度が伴わなければ、誠意がないとみなされてしまう。

積極的傾聴実習を行い、**石の地蔵様**みたいに何の反応も示さず聞いているのと、相槌を打ちながら聴くことを試したらわかるように、地蔵様では話しづらい。また、真正面は対決姿勢のようで避けた方が良い。椅子の向きをハの字に座るよう心掛ける。

相談者は話しを聴いてもらうことによってスッキリ（楽になる）し、孤独感や不安感が救われる。

３．安全配慮義務

労働契約法第５条では「使用者は、労働契約に伴い、労働者がその生命、身体等の安全を確保しつつ労働ができるようにするよう、必要な配慮をするものとする。」となっており、有名な電通事件では、安全配慮義務違反により１億６８００万円の和解が成立した。また、個人情報の保護の観点も大切であり、労働者の健康管理情報は十分な配慮が必要となっている。

新作入荷　ＤＶＤで安全衛生活動の推進を！

内　　容	タ　イ　ト　ル	時 間
メンタルヘルス	**ポジティブ・メンタルヘルス** ～生活習慣から見直す心の健康から	３０分
	自分の健康は自分で守る ～セルフケアとは何か～	２５分
	自分でできるストレスコントロール ～セルフケアのための１０の方法か～	２５分
労働安全	**腰痛その予防と対処法**	２０分

連合愛知加盟組織に無料で貸し出し中

内　容	タ　イ　ト　ル	収録時間
労働安全	ガイドラインに基づく **職場の救命措置と応急手当**	２１分
	ＤＶＤで早わかり **労働安全衛生法**	１４０分
	協力会社の事業者責任 **判例から学ぶ四重責任**	１５分
	協力会社の事業者責任 **安全配慮義務とは何か**	１５分
	ヒューマンエラー災害と対策 ヒューマンエラーの原因を知ろう！	１６分
	ヒューマンエラー災害と対策 ヒューマンエラーを防ごう！	１８分
	改訂労働安全衛生法 **マネジメントシステムのあらまし**	２０分
	リスクアセヌメントの考え方、進め方	２０分
	再確認しよう **職長・安全衛生責任者とは**	１７分
	職場で活かす安全施行サイクル ＫＹ活動編	１７分
	見落としていませんか　危険を ～「巡思」で安全パトロールを見直そう～	２２分
	リフレッシュ　安全衛生委員会 機能する安全衛生委員会を目指して	２２分
	新入者の安全衛生 **ルールを守って安全　健康**	１８分
	高年齢者の安全対策 快適で安心して働くために	２０分
	守っていますか？作業員の法的義務 過失相殺を知っていますか？	１６分
熱中症	**熱中症の危険と脳梗塞**	１６分
メンタルヘルス	**かかえていませんか　メンタルトラブル** 経営者、管理者が進める解決法	２６分
	知っていますか安全配慮義務 精神障害に対する経営者管理者の対応	２６分
	こころだって風邪をひく	４０分
	みんなで取り組むメンタルヘルス	２４分
交通安全	**自転車通勤を安全に**	２０分
エイズ	let's talk let's go in for testing. **話をしよう！検査に行こう！** about AIDS,HIV	２０分
労働保険	知っておくべき **労災保険の機能と役割**	２７分

お申し込みは連合愛知安全衛生センター

☎０５２－６８４－０００３

【答え】（イ）

（解説）衛生管理者が行うべき措置としては、①少なくとも毎週1回作業場等を巡視し、設備、作業方法または衛生状態に有害のおそれがある場合における労働者の健康障害を防止するために必要な措置、②健康に異常のある者の発見及び措置、③作業条件、施設等の衛生上の改善、④労働衛生保護具、救急用具等の点検および整備、⑤衛生教育、健康相談その他労働者の健康保持に必要な事項などがあります。

なお、ボイラー取扱作業主任者に限らず、作業主任者は事業者が選任しなければなりません。