



岡山産業保健推進連絡連絡所

《おかやまさんぽメールマガジン》 第 65 号 2013 年 7 月 1 日 (月)



## I N D E X

### 1 相談員便り

『増加するパワーハラスメントとその対策』

岡山産業保健推進連絡事務所 相談員 大月健郎

### 2 連絡事務所からのお知らせ (相談・研修・行事案内)

\*メンタル集中研修会のご案内

\*平成 25 年度 産業医研修会のご案内

\*平成 25 年度研修会の予定

### 3 トピックス

\*事例検討を中心とした研修会「アドバンスコース」(有料)の実施について

---

### 1 相談員便り

---

『増加するパワーハラスメントとその対策』

岡山産業保健推進連絡事務所 相談員

岡山ろうさい病院精神科心療内科 大月健郎

パワーハラスメント (以下パワハラ) とは、「同じ職場で働く者に対して、職務上の地位や人間関係などの職場内の優位性を背景に、業務の適正な範囲を超えて、精神的・身体的苦痛を与える又は職場環境を悪化させる行為」と定義されています。

具体的な内容には、身体的な攻撃（暴行・傷害）、精神的な攻撃（脅迫・名誉毀損・侮辱・ひどい暴言）、人間関係からの切り離し（隔離・仲間外し・無視）、過大な要求（業務上明らかに不要なことや遂行不可能なことの強制、仕事の妨害）、過小な要求（業務上の合理性なく、能力や経験とかけ離れた程度の低い仕事を命じることや仕事を与えないこと）、個の侵害（私的なことに過度に立ち入ること）などがあります。

企業および従業員を対象としたパワハラの実態調査によれば、過去3年間で32%の企業がパワハラに該当した事例があると回答し、25%の従業員が実際にパワハラを受け、28%の従業員が職場でパワハラを見たり相談を受けたことがあると回答しています。

さらに、精神疾患による労災申請数・認定数は年々増加傾向にあり、2012年度は475人が労災認定されました。主な原因や引き金となった出来事の内訳では「嫌がらせやいじめを受けた」が55人、「上司とのトラブル」が35人、「セクハラ」が24人でありパワハラが主要な原因の一つであると考えられます。

企業にとっても、パワハラによって職場環境の悪化が生じれば、従業員の士気の低下、生産性の低下、事故の発生、業績の悪化といった、負の連鎖が生じ企業価値の低下につながります。従ってパワハラ対策は経営上の重要な課題と考えられています。従業員、特にパワハラの被害者にとって影響が甚大であることは疑いようがありません。

企業のパワハラ対策としては、実態の把握、研修教育、相談窓口の設置、パワハラ行為者に対する再発防止研修などがあります。従業員の心情としてパワハラ問題を提起すれば人間関係のさらなる悪化、人事上の不利益を被る可能性などの不安から、なかなか相談ができにくい面があるため、不利益が生じないような担保や、相談窓口が機能しない場合のために上層部へのホットラインの設置が望まれます。何よりも組織のトップがパワハラ対策に明確な方針を示すことが重要です。

従業員のパワハラ対策としては、まずは勇気を出して直接本人に自分がパワハラだと受け止めていることを告げることから始める必要があります。いきなり相談窓口で相談すると、上司からみれば逆パワハラとなり、相互が被害者意識をもった感情論的問題になる可能性が高いと思います。いったん感情的にこじれてしまうと修復は非常に困難となります。従って、まず初めは冷静に相手を尊重する気持ちと言

葉遣いをもって、とことん話し合うことが解決の近道だと思います。パワハラと受け止めるかどうかは、本人の受け止め方や相性の問題が大きいため、実際の状況を見ている第三者から客観的にパワハラに当たるかどうかを確認することも重要です。どうしても当事者間で解決ができなければ、相談窓口やホットラインを使って相談し、さらに場合によっては外部相談機関への相談という順番になると思います。

一方で、気分が沈む、辛くて涙が出て止まらない、意欲が出ない、朝がだるくて体が動かないなどうつ状態（適応障害、うつ病など）が発病することは珍しくありません。心の問題については、早めに精神科・心療内科に相談・受診するようにしましょう。

#### ■◇■ 大月相談員の研修会 ■◇■

日 時： 7/24（水）14：00～16：00  
研修テーマ： 不安障害  
内 容： 不安障害の理解と対応について

日 時： 11/20（水）14：00～16：00  
研修テーマ： うつ病  
内 容： うつ病の理解と対応について

場 所： ピュアリティまきび 会議室（岡山市北区下石井 2-6-41）  
受 講 料： 無料

研修会・セミナーの情報・お申込はこちらからどうぞ

<http://www.okayama-sanpo.jp/01-ke.html>

#### ■◇■ 大月相談員への産業保健相談日 ■◇■

- 7/3（水）14：00～17：00
- 7/24（水）16：00～17：00（研修会『不安障害』の終了後）

※来所・電話での相談を希望される場合は、事前にメール・FAXでの相談予約をお願いいたします。メール・FAXでの相談は、24時間受け付けております。

相談のお申込はこちらからどうぞ

<http://www.okayama-sanpo.jp/02-so.html>

---

## 2 連絡事務所からのお知らせ（相談・研修・行事案内）

---

### ■◇■ メンタル集中研修会のご案内 ■◇■

・・・三菱化学株式会社の産業医2名、安西法律事務所弁護士を招いてメンタル対応の実際についての講義や判例をもとにしたディスカッションを行います。どなたでもご参加いただけます。

日 時： 7月20日（土） 13：00～18：15

単 位： 生涯研修実地1単位、専門4単位

受 講 料： 10,000円

（資料代としてNPO法人が管理します。受付時にお支払い下さい。）

場 所： 岡山第一生命ビルディング3階貸会議室（岡山市北区下石井2-1-3）

定 員： 70名

メンタル集中研修会の参加お申込はこちらから

<http://www.okayama-sanpo.jp/01-ke.html>

---

### ■◇■ 平成25年度 岡山労災病院産業医研修会のご案内 ■◇■

産業医研修会の情報・お申込はこちらからどうぞ

<http://www.okayama-sanpo.jp/01-ke.html>

岡山労災病院における研修会は、実際に産業保健現場で実務を行う機会のある方を支援するための事例検討を中心とした『アドバンストコース』として実施します。職種は問いませんが、特に人事労務担当者の方の参加は歓迎します。

対 象：「産業保健の実務に携わっており」

「岡山労災病院における研修会を2回以上受講したことがある」方

【※】受講を希望される方は、必ず ↓ こちらをご確認ください。【※】

<http://www.okayama-sanpo.jp/pdf/01-ke-isi.pdf>

受 講 料： 3,000 円

(資料代としてNPO 法人が管理します。受付時にお支払い下さい。)

定 員： 20 名

◆平成 25 年 7 月 18 日 (木) 19:00~21:00

演 題：事例から学ぶ産業保健実務3、グループワークによる事例検討3

講 師：井家克彦 (岡山大学大学院 疫学・衛生学分野)

高尾総司 (岡山大学大学院 疫学・衛生学分野 講師)

岸本卓巳 (岡山労災病院 副院長)

単 位：生涯研修 専門研修 1 単位、実地 1 単位

場 所：岡山労災看護専門学校 1 階会議室(岡山労災病院敷地内)

メールフォームでのお申込は

⇒ <http://www.okayama-sanpo.jp/form-sangyoui/form-sangyoui.html>

F A X でのお申込は

⇒ <http://www.okayama-sanpo.jp/pdf/mousikomi/sangyouifax.pdf>

-----  
■◇■ 国立病院機構岡山医療センター産業医研修会のご案内 ■◇■

産業医研修会の情報・お申込はこちらからどうぞ

<http://www.okayama-sanpo.jp/01-ke.html>

◆平成 25 年 8 月 20 日 (火) 19:00~21:00

演 題：健康管理総論 職場におけるメンタル対応の考え方と実際

-業務遂行レベルにもとづくメンタル対応 成果概要報告-

講 師：高尾総司 (岡山大学大学院 疫学・衛生学分野 講師)

単 位：生涯研修 専門研修 2 単位

場 所：国立病院機構岡山医療センター (岡山市北区田益 1711-1) 研修室

メールフォームでのお申込は

⇒ <http://www.okayama-sanpo.jp/form-820/form-820.html>

F A Xでのお申込は

⇒ <http://www.okayama-sanpo.jp/pdf/mousikomi/sangyouifax.pdf>

-----  
■ 岡山産業保健推進連絡事務所主催セミナー・研修会 ■

場 所： ピュアリティまきび 会議室（岡山市北区下石井 2-6-41）

受 講 料： 無料

※ お車でお越しの際は、ピュアリティまきびの駐車場をご利用ください。  
駐車場は無料をご利用いただけます。駐車券は、お帰りの際にフロントまでお持ちください。但し、駐車場が満車の場合にご利用いただけません。ご注意ください。

研修会・セミナーの情報・お申込はこちらからどうぞ

<http://www.okayama-sanpo.jp/01-ke.html>

【健康管理についての研修会】

日 時： 7/8（月） 14：00～16：00

研修テーマ： アルコールの問題

内 容： アルコール依存症やアルコールによる身体疾患など

講 師： 勝田相談員

日 時： 9/4（水） 14：30～16：00

研修テーマ： 過重労働対策について

内 容： 過重労働対策について、おさらいします

講 師： 成松相談員

日 時： 10/7（月） 14：00～15：30

研修テーマ： 過重労働対策の導入について

内 容： 過重労働対策を実施する際の注意事項等について解説いたします

講 師： 中村相談員

日 時： 10/15（火） 14：00～16：00  
研修テーマ： 元気で楽しく働こう！  
内 容： ワークエンゲイジメントについて（働く人々が元気になるために）  
講 師： 福岡相談員

日 時： 11/12（火） 14：00～16：00  
研修テーマ： おいしく飲もうアルコール  
内 容： 生涯おいしいアルコールを飲むために  
講 師： 福岡相談員

日 時： 12/11（水） 14：30～16：00  
研修テーマ： 健診結果の見方と健康増進について  
内 容： 健診結果の見方をおさらいし、健康増進の事例を紹介します  
講 師： 成松相談員

---

【メンタルヘルスについての研修会】

日 時： 7/24（水） 14：00～16：00  
研修テーマ： 不安障害  
内 容： 不安障害の理解と対応について  
講 師： 大月相談員

日 時： 8/2（金） 14：00～16：00  
研修テーマ： 「けいれん」する疾患  
内 容： てんかん及び鑑別疾患  
講 師： 勝田相談員

日 時： 8/29（木） 14：00～16：00  
研修テーマ： 職場のメンタルヘルスとカウンセリングⅠ  
内 容： 職場のメンタルヘルス  
講 師： 武田相談員

日 時： 9/19（木） 14：00～16：00  
研修テーマ： 職場のメンタルヘルスとカウンセリングⅡ  
内 容： カウンセリング（傾聴技法）

講師： 武田相談員

日時： 10/17（木） 14：00～16：00

研修テーマ： 職場のメンタルヘルスとカウンセリングⅢ

内容： ロールプレイング

講師： 武田相談員

日時： 10/31（木） 14：00～16：00

研修テーマ： 職域のメンタルヘルス対策とコーチングについて

内容： 職場のメンタルヘルス対策とコーチングについて簡単に説明

講師： 道明相談員

日時： 11/5（火） 14：00～16：00

研修テーマ： メンタルヘルスに関する病気について

内容： うつ病と職場復帰について

講師： 山下相談員

日時： 11/20（水） 14：00～16：00

研修テーマ： うつ病

内容： うつ病の理解と対応について

講師： 大月相談員

日時： 11/21（木） 14：00～16：00

研修テーマ： 職場のメンタルヘルスとカウンセリングⅣ

内容： ロールプレイング

講師： 武田相談員

日時： 12/5（木） 14：00～16：00

研修テーマ： 過重労働・メンタルヘルス対策について

内容： 過重労働・メンタルヘルス対策について分かりやすく簡単に説明

講師： 道明相談員

---

【産業看護職の方向けの研修会】

日時： 8/6（火） 14：00～16：00

研修テーマ： 保健指導の基本



内 容： 保健指導に必要な基本  
講 師： 福岡相談員

-----  
産業医研修会・セミナーのお申込はこちらからどうぞ

<http://www.okayama-sanpo.jp/index.htm>

- ▼研修会の受付はピュアリティまきび会議室前で行います。直接、お越し下さい。
- ▼今後、研修会開催場所に関しては変更になる可能性があります。  
変更になった場合は、速やかに御連絡いたします。
- ▼当連絡事務所の研修会、貸出教材、メールマガジン、ホームページの内容など各種事業に関する御意見、御要望を下記メールアドレスに E メールにて御遠慮なくお願いいたします。

E-mail : [info@okayama-sanpo.jp](mailto:info@okayama-sanpo.jp)

---

### 3 トピックス

---

#### ■事例検討を中心とした研修会「アドバンストコース」(有料)の実施について■

実際に産業保健現場で実務を行う機会のある方を支援するための事例検討を中心とした研修会です。職種は問いませんが、特に人事労務担当者の方の参加は歓迎します。

会場： 岡山労災病院（岡山県岡山市南区築港緑町 1-10-25）

時間： 7月18日（木） 19：00～21：00

対象： 「産業保健の実務に携わっており」、「岡山労災病院における研修会を2回以上受講したことがある」方

備考： 内容はメンタル対応、健康診断事後措置、過重労働等の事例検討など。資料代として3,000円頂戴します。事例検討を行うため、対象者数を限定させていただきます。（定員20名）

【※】受講を希望される方は、必ず ↓ こちらをご確認ください。【※】

<http://www.okayama-sanpo.jp/pdf/01-ke-zen.pdf>

研修会・セミナーの情報・お申込はこちらからどうぞ

<http://www.okayama-sanpo.jp/01-ke.html>

---

次回の第 66 号は

8 月 1 日（木）の配信予定です。