



岡山さんぽメールマガジン 第 140 号 9 月 2 日 (月)



1. 相談員便り (武田静枝相談員)
2. 研修会のご案内
3. 編集後記

- 
1. 相談員便り (武田静枝相談員)

---

コミュニケーションとは

「コミュニケーション」とは、あるシステムから別のシステムへの言語記号及び非言語記号による情報移動を含む過程であり、人間関係を円滑にするための大切な手段である。

#### 1. 「コミュニケーション」の定義

「コミュニケーション」とは、「ある人が、何らかの[1]目的なり意図を果たすために、それに関連する内面のさまざまな[2]心の働きの一部を選択し、何らかの[3]手段を通じて表現し、それを他の人と[4]共有しようとする過程のことで、その結果その関係者の間に、何らかの[5]関係の変化が生じること」と社会心理学者バーロー (Berlo, D.K. 1976) は、定義している。

[1]「ある目的なり意図をはたすため」とは

コミュニケーションの根本的な目的は、「生存」のため、社会に「適応」するため、そして人間として「成長」するためである。

[2]「内面のさまざまな心の働き」とは

「心の働き」とは[1]の目的を追求したり達成するために他の人に伝える内容のことである。

[3]「何らかの手段を通じて」とは

この手段は、大きく2つに分けることができる。

1つは、言語的手段で、音声を用いたり、文章、各種の信号、図や絵、写真、音楽など、何らかの物的なものを利用した手段

2つ目は、非言語的手段と言われるもので、表情、視線、姿勢、身振りなど人間の身体そのままを使った手段である。

[4]「共有する過程」とは

単に「伝える」というよりは、人と人との間で、あることが共通して分かり合えている、共有されている状態を作り出すという過程である。

[5]「関係の変化」とは

当事者間の「コミュニケーション」から「共有」的であったかどうかによって「対立」から「協働」へ変化したり「共感」から「依存」になったりする。しかもその変化は、かなり頻繁に起きるもので決して固定的なものではないと定義している。

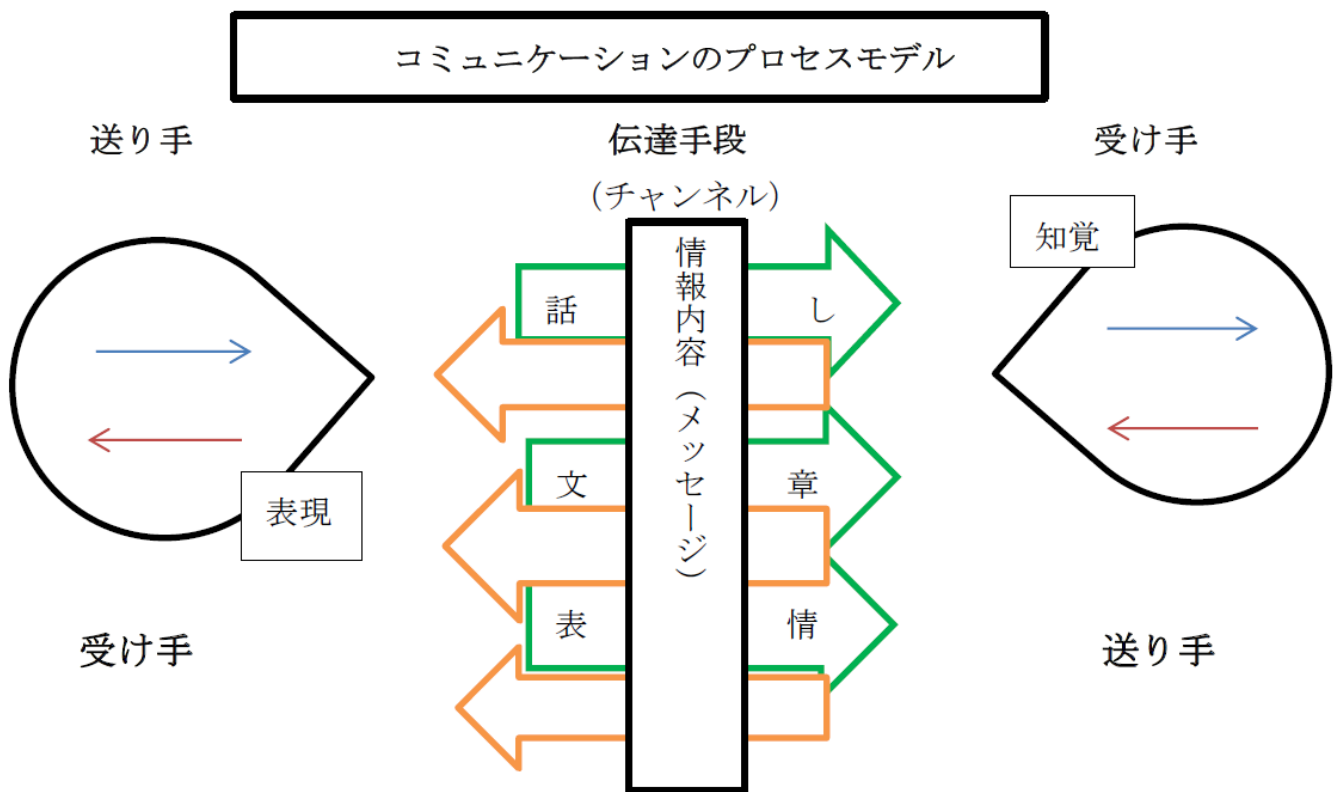
## 2. 「コミュニケーション」の基本的構成要素

- (A)送り手（ある事について、相手にわかってもらいたいという欲求を持った人）
- (B)メッセージ（送り手によって表現された情報内容）
- (C)チャンネル（そのメッセージを運ぶ手段）
- (D)受け手（そのメッセージを受け取る人）
- (E)効果

以上がコミュニケーション事態を構成する基本的な要素である。

「コミュニケーションのプロセスモデル画像」

<https://okayamas.johas.go.jp/pdf/06-ma/m-r01-09-sub.png>



つまり「コミュニケーション」とは[1]だれが、[2]何を、[3]どのような経路で、[4]誰に伝達し、[5]その影響がどうであったかを含む双方通行的なニュアンスの言葉である。

## 2. 研修会のご案内

---

☆今月開催予定の研修会☆

9/3(火)14:00～15:30

『職場のメンタルヘルス対策－応用編－』

【津山圏域雇用労働センター】

【満席】9/5(木)14:00～16:00『カウンセリング実習(1)』

【満席】9/7(土)14:30～17:00『産業医研修会（更新 1、専門 1.5）』

(1)働き方改革関連法に基づく労働安全衛生法の一部改正について

(2)ストレスチェック制度のあらましと長時間労働者、高ストレス者に対する面接指導

※同内容の研修会を倉敷地域で開催予定です。日時・会場につきましては現在調整中です。

9/6(金)14:00～15:30『作業環境測定結果の見方と対応について』

9/11(水)15:00～16:30『「過重労働」による健康障害防止』

9/18(水)14:00～15:30

『職場のハラスメント対策～パワハラのない職場づくり～』

9/27(金)14:00～15:30『元気の出る職場づくり』

---pick up!---

9/11(水)15:00～16:30

『「過重労働」による健康障害防止』

《内容》

なぜ「過重労働」に取り組むのか？

「過重労働」が労働災害とみなされる基準とその根拠は？

過去の判例から、具体的な対策を解説します。問題を様々な視点から見て、ひとつずつ解決法を探っていきましょう。

★研修会の詳細、参加申込はこちら

<https://okayamas.johas.go.jp/01-ke.html>

---

### 3. 編集後記

---

今年も10月1日から7日まで「全国労働衛生週間」です。9月は実効を上げるための準備期間になります。今年のスローガンは「健康づくりは人づくり みんなでつくる 健康職場」です。各職場で職場巡視やスローガン掲示等さまざまな取り組みを展開さ

れると思います。従業員全員が、無事で、楽しく、やりがいを持って働ける職場づくりが大事です。岡山産業保健総合支援センターでは、今年も岡山県労働基準協会各支部主催の衛生管理講習会に職員を派遣し、事業の案内等させていただきます。これからも広報活動を続けますので、多数の事業場が集まる機会がありましたら、お声をかけていただけないでしょうか。岡山産業保健総合支援センターの事業の案内をさせていただきます幸いです。

---

次回の第 141 号は 10 月初旬に配信予定です。