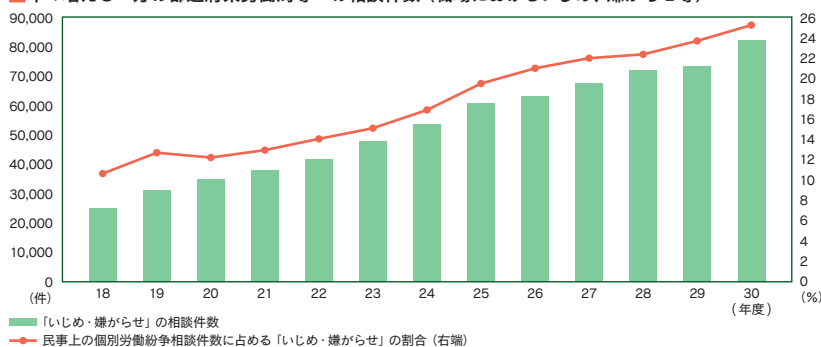


Avenir NEWS

休職は予防できる。

vol. 8 2020 March

■年々増える一方の都道府県労働局等への相談件数（職場におけるいじめ、嫌がらせ等）



パワーハラスメント対策は、事業主の義務に！

企業の「働き方改革」が次々と求められ、人事労務担当のみならず、数々の法改正に伴う社内制度の整備に追われていらっしゃるのではないのでしょうか。Avenir NEWSでは、前号（vol.7）で健康情報改正企画を特集しましたが、今号では、企業が講じなければならぬ、ハラスメント防止措置についてお伝えしていきます。

パワーハラスメント防止対策等ハラスメント対策の強化を盛り込んだ「女性の職業生活における活躍の推進に関する法律等の一部を改正する法律」が第198回通常国会で成立、令和元年6月5日に公布。これに伴い、労働施策総合推進法、男女雇用機会均等法及び育児・介護休業法について、職場のハラスメントに関する部分改正されました。つまり、職場におけるパワーハラスメント防止のために、雇用管理上必要

ご存じですか？ 「うちは関係ないから…」は完全OUT！ パワーハラスメント対策は、 事業主の義務です！



な措置を講じることが、事業主（企業）の義務となり、公布後1年以内の政令で定める日（中小企業は3年以内の政令で定める日）までの間は努力義務、までに体制を整えなければなりません。

背景には、パワハラで悩む従業員の方々が、年々増加傾向にあります。働き方改革や健康経営を押し進めていくために、無視できない問題としてクローズアップされているという状況です。

3要素、すべて満たすと、 パワーハラスメントに！

今回改正された労働施策総合推進法では、「職場におけるパワーハラスメント」は、次の3要素すべてを満たしているものと定められています。

- ① 優越的な関係を背景とした（上司―部下の関係等）
 - ② 業務上必要かつ相当な範囲を超えた言動により
 - ③ 就業環境を害すること（身体的苦痛もしくは精神的な苦痛を与えること）
- 職場のパワーハラスメントに当たる行為として、6つの行為類型が考えられます。

- ① 身体的な攻撃
- ② 精神的な攻撃
- ③ 人間関係からの切り離し
- ④ 過大な要求
- ⑤ 過小な要求
- ⑥ 個の侵害

行為の態様が6つの行為類型に該当しそうな行為であっても3要素のいずれかを欠く場合であれば、職場のパワーハラスメントには当たらない場合があることに留意する必要があります。

①～⑥の項目については、一項目ずつ詳しくご説明したいのですが、紙面に限りがあるため、CSチームに直接お問い合わせください。

人事担当の方へ。まずは、ここから！「パワハラ対策7つのメニュー」

「法改正のことはわかったし、パワハラ対策の必要性もわかった。でも、どこから手をつければ？」といったご質問にお応えすべく、ここだけは押さえておきたい、7つのメニューをご紹介します。ただし、こちらにつきましても、各施策の具体的な進め方につきましては、お気軽にCSチームにお声がけください。

予防するために

1 トップのメッセージ

企業のトップ自らが、「職場からパワハラをなくそう!」といった社内メッセージを発信しましょう。

2 社内アンケートなどで実態を把握する

定期的に従業員アンケートを実施し、パワハラの有無や実態を把握しましょう。

3 ルールを決める

就業規則に関係規定を設け、労使協定を締結しましょう。

4 教育をする

パワハラに関する正しい理解が必要。従業員向け、管理職向けのセミナーを開催しましょう。



解決するために

5 相談や解決の場を提供する

企業内・外に相談窓口を設置し、相談窓口担当者を決めましょう。

6 社内での周知・啓蒙

トップメッセージに伴い、人事や所属部門長などから、社の具体的な取り組みを説明する場を設けましょう。
／相談窓口の案内をつくりましょ。
／ポスターを制作・掲示しましょう。

7 再発防止のための取り組み

行為者に対する再発防止研修等をおこないましょ。



Column



保健師・舎川より。ハラスメントの構造について思うこと。

ハラスメント被害者の方から、「家族や友人たちからもらったアドバイスを実践したものの、かえってエスカレートしてしまった」といったお話を伺うことがあります。ですが、ハラスメントは、努力や改善で解決できる問題ではないのでは、と思っています。なぜなら、ハラスメントは行為者と被害者、それぞれが考える「目的」が異なるため、双方が「わかりあえる」というのは、非常に難しいからです。



安心安全の「場」をお約束します！

Avenirハラスメントホットライン

「社員が安心して相談できる場がほしい」というご要望に応じて新設した「Avenirハラスメントホットライン」。24時間／365日対応可能です。

連絡先

URL : <https://h-hotline.elpis.life/>
MAIL : sangyoui-cs@avenir-executive.co.jp



つまり、行為者の目的は「攻撃」「支配」。それに対して、被害者の目的は「わかりあいたい」「コミュニケーション」…おわかりいただけましたか？ 被害者の方が、どんなに努力を重ねても、攻撃や支配を目的をしている行為者には届きません。

被害者の方にこのお話をすると、「なるほど、そういうことだったんですね!」と、驚かれるので、みなさん、ぜひ、企業内保健室や産業医に相談していただきたいです。



Avenir版 ウワサ 花粉症にまつわる噂の検証 2020

目下、新型コロナウイルス感染症で、花粉症どころではない！
という状況ですが、今年も密かに悩む人多数。
Avenir NEWSでは、今年も最新ニュースをお届けします。

噂 その1 今年は、ヒドいの？

日本気象協会の予報によると、スギ花粉飛散のピークは、東京では2月下旬から3月下旬、大阪は2月下旬から3月中旬が飛散のピークとなる見通し。また、スギ花粉のピークが終わる頃にやってくるヒノキ花粉のピークは、東京は4月上旬から4月下旬、大阪は3月下旬から4月上旬という見通しです。気になる飛散量は、なんと少なめだそう！東京は例年比70%、多いと言われていた昨年比50%。これは、昨年夏、例年より気温が低く、降水量も多かったため、花粉の要因となる花芽が形成されにくい気象条件だったから。今年は少ない、と知るだけでも少しホッとしますね。

とはいえ、例年、飛散量とは関係なく、症状が良くなる方、悪化する方がいるのが、花粉症の厄介なところ。年度末で業務量が増えることにより、ストレス度UP+睡眠不足などにより、免疫力が下がると、アレルギー症状により反応しやすくなるようです。加えて、今年は、深刻なマスク不足！まずは確実にできることとして、「帰宅時、玄関の外で、上着や髪の毛等についた花粉をしっかりとらってから、家の中に入る」を徹底されることをオススメします。

噂 その3 民間療法って、効くの？

医師が医療施設においておこなったり、指導する医療以外の医療で、その多くものは科学的には検証されていないものが多いとされる民間医療。そう書くと、なんだか怪しい感じがしますが、甜茶やヨーグルト、アロマ、ホメオパシー、鼻スチーム、マッサージ等、すべて民間療法の類となります。家族や友人など、親しい人からの強い「押し」や、SNSで目に入った、効果抜群のモニターコメントに心を奪われ、お試された方も、多いのではないのでしょうか。

民間医療に関しては、科学的評価が行われていないものがほとんど。ですが、アンケート調査等を実施すると、「効果がある」という回答が何割かあります。これは、「プラセボ効果」の可能性が高いと言われていて、これは、偽薬でも医師から投与された場合、ある程度の実効性が認められることがあるというもの。人によっては心理的効果があるとも言えるので、民間医療=効かない、ではなく、リラックス効果をメインに、好みのもの、気持ちいいなと思うものを選んで使ってみてはいかがでしょうか？



噂 その2 花粉症用の薬、 保険適用外になるの？!

「湿布や花粉症の一部の薬が保険適用外になるというのは本当ですか？」

CSチームにもお問い合わせが増えています。花粉症に悩まされている方たちにとって、にわかには信じがたい噂！これはウソじゃないけど、まだ本当ではない!? ……つまり、全国健康保険組合の連合組織である健康保険組合連合会(健保連)が、今年(令和2年)に予定されている診療報酬改定に向けて提案した改革案のひとつになります。

もう少し具体的にお話すると、「市販薬で代替可能な花粉症治療薬は保険適用外にする」というもの。アレジオン、クラリチン、アレグラ、エバステル、ジルテックなどの成分は、市販薬として販売されているものは、処方箋による3割負担ではなく、全額自己負担でという提案です。

少子高齢化、人口減少が進む中、医療費の抑制は大きな課題であることは確かですが、その一方で、花粉症により、生活に支障が出るほど悩まされている方も多いのも事実。現在、健保連が提案したというだけで、何も決定されていませんが、CSチームとしても、引き続きしっかりとモニタリングを続け、みなさまに最新情報をお届けしてまいります。

■鼻の中と眼に入る花粉数実験的なマスク、メガネの効果

| | | |
|---------|---------|-------------------|
| マスクなし | メガネなし | 鼻の中の花粉数 1,848個 |
| | | 結膜の上の花粉数 791個 |
| 普通のマスク | 普通のメガネ | 鼻の中の花粉数 537個 |
| | | 結膜の上の花粉数 460個 |
| 花粉症用マスク | 花粉症用メガネ | 鼻の中の花粉数 304個 |
| | | 結膜の上の花粉数 280個 |

From Avenir CS Team



Avenir CSチームとは、「企業さまの健康経営をサポートする」というミッションのもと、企業さまと産業医の間に入り、さまざまなアドバイスや業務遂行のフォローアップを行っている実働部隊。産業医でも営業担当でもない私たちの活動を少しずつお届けします。今回のテーマは、花粉症対策アイテム。ミニ座談会は、禁煙成功(?)がテーマです。お楽しみください。



市販の点鼻薬には血管収縮剤が入っている事が多く、鼻詰まりに即、効くものの、繰り返し使うことで悪化する可能性大...!やはり「処方薬」がオススメ! (舎川)

花粉が稀くて、「マスク」の品質を追求してます! (でも、マスクが手に入らない...) (溝G)



CSチーム こだわりの花粉症対策アイテム

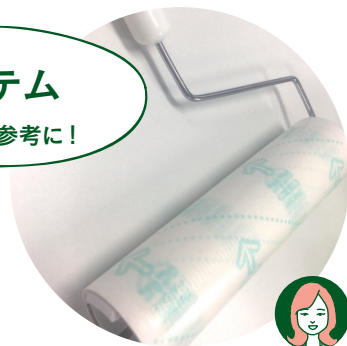
アレルギー症状の有無にかかわらず、身を守るアイテムとして、ご参考に!



「貼付型アレルギー性鼻炎薬」。1日1回貼り換えるだけでお手軽なうえ、効果があるので重宝しています! (今井)



今年は、人からすすめられた「鼻うがい」を試してみます! (小川)



「粘着クリーナー」で!テレビでよくやっていた花粉の撃退方法です。(前B)

今回は溝G、舎川、小川でお届けします。



ミニ座談会 溝G、喫煙やめるってよ(笑)。

小川 溝Gさん、禁煙、頑張ってるっていうウワサを聞いたんですけど、本当ですか?

溝G 禁煙中じゃないよ。タバコやめたんだよ!

舎川・小川 エー...っ!

舎川 体調、崩されたんですか? 風邪等で味覚がおかしくなると、一時的にタバコを受けつけなくなることが...

溝G それがある日突然、タバコの匂いが気になり始めちゃったんだよ。

小川 タバコの匂い? 溝Gさん、社内ではタバコの匂いをいつもまもってましたよ(笑)。

溝G うー、申し訳ない! そうしたら、前は癒やしの空間だった喫煙コーナーが、拷問に。それで、ちよつとだけやめたら、あつという間に3ヶ月。これまでニコチンパッチをはじめ、ひと通り、禁煙チャレンジしたのに...

舎川 かなり強いストレスがかかると、嗅覚が敏感になることがあるんです。溝Gさんの場合も、おそらくそうかと。

溝G 確かに...。秋以降、かなり忙しかったからなあ。何か大きなトラブルに巻き込まれるといった類ではなかっただけに、ストレスと気づけなかったのかも知れないね。

小川 今も吸っていらつしやらないことは、まだストレスが?

溝G いやー、特に自覚ないなあ。

舎川 禁煙期間中に、味覚や嗅覚がリセットされたはず。前よりも食事が美味しいと感じませんか?

溝G 感じる、感じる。それと、タバコやめたら、もつと口さみしいと思っていたのに、餡が少し増えたぐらい。これも意外だったな。今まで健康経営をオススメしておきながら、自分の体からタバコの匂いを発していたと思うと、お恥ずかしい限りだよ。

舎川 今年4月から、受動喫煙防止条例が施行されますから、その前に喫煙卒業できて、本当に良かったですね!

溝G(みぞし)グループフリーター。産業保健業務10年以上のベテラン。

舎川(しゃがわ)保健師/第一種衛生管理者CSチームとしての活動と並行して、契約先企業の保健師業務も行って。

小川(おがわ)アシスタント/金融機関業務に約10年のキャリアを持つ。