



## I 「推してます みんな笑顔の 健康職場」 全国労働衛生週間

全国労働衛生週間の本週間です。猛暑を無事乗り切りましたが、心身の疲労、ストレス、溜まっていませんか？ 社員に笑顔はありますか？ 衛生週間において、こころと体の健康をじっくりと考えてみましょう。



全国労働衛生週間（本週間）に以下 1 から 5 の活動を行うにあたり、そのポイントをご紹介します。

重点実施事項	ポイント
1 事業者又は総括安全衛生管理者による職場巡視	①騒音・温度・湿度・照度・粉じん・有害ガスなど職場環境をチェック（各種測定機器の活用） ②作業に必要な手袋・マスク・保護衣などの衛生保護具の着用・管理状況をチェック ③有機溶剤、化学物質の使用状況、保管状況をチェック
2 労働衛生旗の掲揚及びスローガン等の掲示	①労働衛生旗、安全衛生旗の掲揚（建設工事では現場ごとに） ②週間スローガンの掲揚（目立つ場所、意識の高揚）
3 労働衛生に関する優良職場、功績者等の表彰	①社内の衛生大会または安全衛生大会の開催（団体等の大会に参加可） ②社内で行った衛生標語、優良社員などの表彰
4 有害物の漏えいによる事故、酸素欠乏症等による事故等緊急時の災害を想定した実地訓練等の実施	①社内で使用している化学物質、有機溶剤、薬品類のSDS（安全データシート）を確認 ②緊急時の対応について実地訓練を行う（訓練後は、問題点などの洗い出し、改善）
5 労働衛生に関する講習会・見学会等の開催、作文・写真・標語等の掲示、その他労働衛生の意識高揚のための行事等の実施	①社内研修の実施（外部講師の召喚も有効活用） ②社内で行った衛生標語の掲示により意識高揚 ③安全衛生年間計画に基づく活動を実施

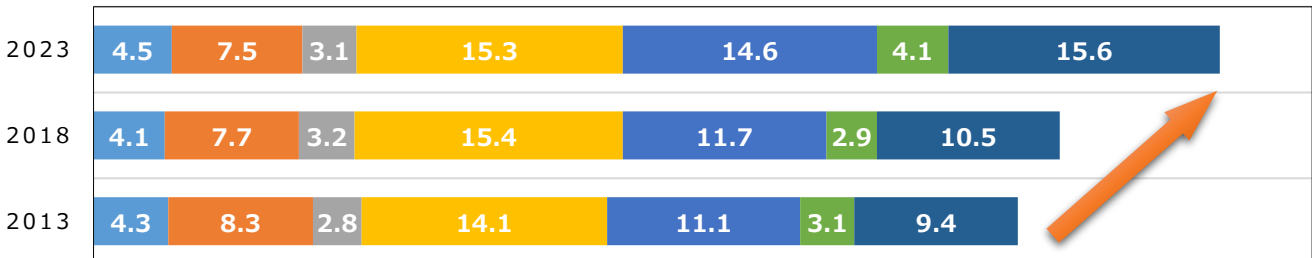


## 定期健康診断の有所見率

直近10年間で有所見率が随分高くなっていますね。健康診断の結果、所見があった場合は、早めに再検査、精密検査などを行いましょ！



■ 聴力1000Hz ■ 聴力4000Hz ■ 胸部X線 ■ 貧血 ■ 血糖 ■ 尿(糖) ■ 心電図

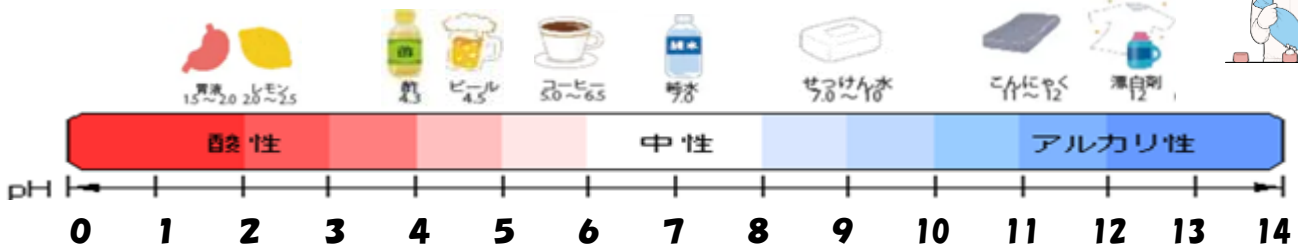


出典 「岩手の安全衛生」 令和5年度版 12 ページ 定期健康診断有所見率の推移（全産業）

<https://safe.menlosecurity.com/doc/docview/viewer/docN948E05717C8A83d0cf00972e761096bcb08d81464f1582e0a523fdd38d7e3b9de7664cd8617>

## II シリーズ 安全衛生クイズ ⑥『化学物質』の巻

「酸性」と「アルカリ性」を考えて、下の①～⑨を、正しい番号順に並べてみよう！



--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

- ①セスキ炭酸ソーダ ②炭酸ナトリウム（炭酸塩、炭酸ソーダ） ③重曹 ④次亜塩素酸ナトリウム（塩素系漂白剤）  
⑤炭酸水 ⑥塩酸 ⑦水酸化ナトリウム（苛性ソーダ） ⑧純水 ⑨クエン酸

会社で使っている薬品の PH を確認し、誤った「混合」には十分留意してください！

答えは、最終ページをご覧ください。答え合わせをしてみましょう！

# Ⅲ 職場のメンタルヘルス対策（こころの健康確保）

令和6年8月2日、[過労死大綱](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_41932.html)※が見直されました。 詳細はこちら → [https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_41932.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_41932.html)

過労死大綱では、**メンタルヘルス対策に取り組む事業場の割合を80%以上（令和9年まで）**にする数値目標が定められています。直近（令和4年）のデータは63.4%となっており、更なる取り組みが求められます。

また、**第14次労働災害防止計画**（令和5年4月～令和10年3月）では重点事項の一つにメンタルヘルス対策を掲げています。↓

[https://jsite.mhlw.go.jp/iwate-roudoukyoku/news\\_topics/kantokusho\\_oshirase/hanamakikantokusyo/anzeneisei\\_saiboukeikaku.html](https://jsite.mhlw.go.jp/iwate-roudoukyoku/news_topics/kantokusho_oshirase/hanamakikantokusyo/anzeneisei_saiboukeikaku.html)

「何をすればいいの？」という声があります。まずは、以下の取り組みを進めましょう。

## □ Point 1 産業保健スタッフの育成など体制の整備

- ▶ 安全衛生委員会の設置・運営（委員会構成メンバーの選出、毎月の会議開催、調査審議事項、安全衛生管理計画の作成）
- ▶ 衛生管理者、衛生推進者、安全衛生推進者、看護師・保健師、メンタルヘルス推進担当者、人事労務担当などの研修教育機会の確保

## □ Point 2 心の健康づくり計画の作成（PDCA サイクルによる活動展開）

- ▶ 心の健康保持増進のための指針 <https://www.mhlw.go.jp/content/000560416.pdf>
- ▶ 心の健康づくり計画 盛岡監督署からのお知らせ「メンタルヘルス対策」をご参照ください。  
[https://jsite.mhlw.go.jp/iwate-roudoukyoku/news\\_topics/kantokusho\\_oshirase/moriakakantokusyo.html](https://jsite.mhlw.go.jp/iwate-roudoukyoku/news_topics/kantokusho_oshirase/moriakakantokusyo.html)

## □ Point 3 「4つのメンタルヘルスケア」の推進

- ▶ セルフケア・・・自分の気づき、ストレスへの対処、自発的な相談
- ▶ ラインケア・・・管理者による職場環境の整備・改善、個別相談への対応
- ▶ 社内産業保健スタッフによるケア・・・衛生管理者等による職場環境の改善、個別相談への対応、ラインケアへの支援、管理者への研修実施
- ▶ 事業場外資源によるケア・・・産業保健総合支援センターなどによる直接サービス活用、支援サービス活用、ネットワークへの参加

## □ Point 4 「メンタルヘルス3つの予防」の推進

- ▶ 一次予防・・・ストレス実態把握、職場環境改善、正しい知識の普及、ストレス対処法の獲得・実践、コミュニケーション促進、内外支援の連携
- ▶ 二次予防・・・早期発見・早期治療（専門家との連携、スクリーニング、不調への気づき、相談対応、受診勧奨）
- ▶ 三次予防・・・再発予防・リハビリテーション（職場復帰支援、職場再適応支援、復帰後のフォロー、周囲へのフォロー、職場環境整備）

## □ Point 5 ストレスチェックの実施、集団分析に実施、職場環境の把握

- ▶ 年1回のストレスチェック実施、高ストレス者に対する面接指導の実施
- ▶ ストレスチェック結果の集団分析、分析結果による職場環境の改善

## □ Point 6 メンタルヘルスに関する研修（特に管理者研修は重要！）

- ▶ ハラスメント防止のための管理者研修（メンタルヘルス研修、アンガーマネジメント研修、外部研修も活用）
- ▶ 労働者に対するメンタルヘルス研修（心の健康確保の正しい知識付与、誤った知識・誤解の払拭、外部講師による研修も検討）



### 令和○年度 心の健康づくり推進計画 事業場名

基本方針	従業員の心の健康は、従業員とその家庭の幸福な生活、活気のある職場のために重要な課題であることを認識し、精神疾患のみでなく、広く職場のコミュニケーションの活性化など心の健康づくりに取り組む。		
目 標	1 心の健康づくり問題について従業員（管理者を含む。）の理解を得る。 2 コミュニケーションの活性化により活気ある職場を形成する。 3 管理監督者が心の健康問題について理解し、部下からの相談対応の基本的な技法を習得する。		
基本的実施事項	1 個人のプライバシー保護の徹底 2 心の健康づくり体制の整備 3 従業員が相談しやすい相談窓口の開設 4 管理監督者への心の健康に係る研修会の開催 5 衛生委員会での心の健康問題の審議		
推進体制		担当者	役割
	担当部署及び責任者		各心の健康問題の総括、部署及び担当者との連絡調整、情報の収集・提供
	衛生管理者職氏名		産業医と協力し、活動を推進すること。
	メンタルヘルス推進担当者		計画の企画・立案・評価改善、研修等の実施、関係者との連絡調整
	産業保健スタッフ		管理監督者等の活動の支援
	人事労務部門担当者		管理監督者等からの相談への対応、労務
	産業医		計画の立案等への協力、相談への対応
	衛生委員会		心の健康問題の審議等（委員；所長、職員、調整促進員）

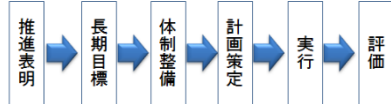
安全衛生委員会では、災害防止対策のほか、健康確保対策についても調査審議を毎月実施し、議事録は3年保存が義務付けられている。

- ・労働安全衛生法17条、労働安全衛生規則21条（安全委員会の付議事項）
- ・労働安全衛生法18条、労働安全衛生規則22条（衛生委員会の付議事項）

※ 安全衛生に関する計画の作成・実施・評価・改善／衛生教育の計画・実施／有害物に係る調査（リスクアセスメント）・対策の樹立／作業環境測定の結果に基づく評価・対策の樹立／健康診断・面接指導・ストレスチェックの実施／労働者の健康保持増進を図るため必要な実施計画の作成／**長時間労働による健康障害防止対策の樹立／メンタルヘルス対策の樹立**

### 「心の健康づくり計画」策定のポイント

- ① 目的、目標を明確にする
- ② 職場の実態を踏まえた計画を立てる
- ③ 無理な計画を立てず、できることから
- ④ 定期的に実行状況を評価し、計画を見直す
- ⑤ 文書化して誰でも見られるように
- ⑥ 全体の計画に加え、部門ごとに具体的検討



### 月別重点実施事項（例）

月	重点実施事項		月	重点実施事項	
	責任者	対象者		責任者	対象者
4月	衛生委員会 推進体制の整備 衛生教育（管理者向け、一般労働者向け）		10月	衛生委員会、衛生教育 全国労働衛生週間 過労死等防止啓発月間の周知	
5月	衛生委員会、衛生教育 相談窓口の開設 管理者に対する心の健康問題に係る研修		11月	衛生委員会 相談窓口の開設 過労死等防止啓発月間	
6月	衛生委員会 全国安全週間準備月間、衛生教育 ストレスチェックの実施		12月	衛生委員会 定期健康診断の計画 衛生教育	
7月	衛生委員会 全国安全週間実施 衛生教育		1月	衛生委員会 ストレスチェックの実施 衛生教育	
8月	衛生委員会 衛生教育		2月	衛生委員会 実施結果のまとめ／次年度計画の作成 相談窓口の開設	
9月	衛生委員会、上半期の活動結果の総括 全国労働衛生週間準備月間 相談窓口の開設 心の健康問題に係る研修会の実施		3月	衛生委員会（年間活動結果の総括、次年度計画の審議） 衛生教育	

## Ⅳ 新たな化学物質規制に対応していますか？

詳しくはリーフレット  
をご覧ください →



### 1. ラベル・SDS通知、リスクアセスメント対象物質を大幅に増加【安衛法施行令別表9】

GHSレベル表示やSDS（安全データシート）等による通知、リスクアセスメントの実施が義務付けられる化学物質（以下「リスクアセスメント対象物」という）が、「国によるGHS分類で危険性・有害性が確認された全ての物質（約2900物質）」に拡大されました。

今後も対象物質は順次追加されますので、随時、厚生労働省のHPでご確認ください。

対象物質一覧はこちら → <https://www.mhlw.go.jp/content/11300000/001039137.xlsx>（一覧はアイウエオ順になっています。）

### 2. リスクアセスメント対象物の製造・取扱い・譲渡提供を行う事業場では、「化学物質管理責任者」の選任【安衛則第12条の5】

化学物質管理責任者の選任は、作業場所単位ではなく、工場、店社、営業所など事業場単位で選任が必要です。

【選任要件】 化学物質管理に関わる業務を適切に実施できる能力を有する者

リスクアセスメント実施対象物の製造事業場	専門的講習の修了者
上記以外の事業場	資格要件なし（専門的講習の受講を推奨）

【職務】 ①GHSラベル・SDS（安全データシート）等の確認、②リスクアセスメントの実施管理、③リスクアセスメント結果に基づくばく露防止措置の選択・実施管理、④化学物質の自律的な管理に関わる各種記録の作成・保存、⑤労働者への周知・教育など

### 3. 「保護具着用管理責任者」の選任【安衛則第12条の6】

リスクアセスメントの結果に基づく措置として労働者に保護具を使用させる事業場では、保護具着用管理責任者の選任が必要です。

【選任要件】 化学物質管理に関わる業務を適切に実施できる能力を有する者

【職務】 ①有効な保護具の選択、②保護具の使用状況の管理、③保護具の管理

### 4. 皮膚等障害化学物質などの製造・取扱い時に「不浸透性の保護具の使用」【安衛則第594条の2、安衛則第594条の3】

皮膚刺激性有害物質（化学熱傷、接触性皮膚炎など皮膚または眼に障害を与えるおそれが明らかな化学物質、744物質）、皮膚吸収性有害物質（意識障害、各種臓器疾患、発がんなど皮膚から吸収され、もしくは皮膚に侵入して、健康障害のおそれがあることが明らかな物質、196物質）の製造・取扱いに際して保護具の着用が義務付けられています。

皮膚障害等防止用保護具選定マニュアル をご確認ください →

<https://www.mhlw.go.jp/content/11300000/001216818.pdf>



### 化学物質に関するリスクアセスメントの流れ

SDSを確認し、化学物質の持つ危険性・有害性を特定する、そしてリスクアセスメント（健康障害を生ずるおその程度を見積もり、リスクの低減対策を検討する）を実施。

**ステップ1** 化学物質などによる危険または有害性の特定  
(安衛法第57条の3第1項)

**ステップ2** 特定された危険性または有害性による  
リスクの見積もり  
(安衛則第34条の2の7第2項)

**ステップ3** リスクの見積もりに基づく  
リスク低減措置の内容の検討  
(安衛法第57条の3第1項)

**ステップ4** リスク低減措置の実施  
(安衛法第57条の3第2項)  
努力義務

**ステップ5** リスクアセスメント結果の労働者への周知  
(安衛則第34条の2の8)

化学物質のリスクアセスメント はこちらをご確認ください →

<https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-11300000-Roudoukijunkyoukuanzeniseibu/0000099625.pdf>

自主点検票もありますので、ぜひ活用ください。



## Ⅴ 労働基準法 よくある相談 ④ 『割増賃金』 その3

割増賃金の計算方法に入る前に、ちょっと寄り道して、そもそも「時間外労働とは？」「何が時間外労働なの？」「仕事が遅くて残業しているのに残業代を払うなんて」という声について考えてみましょう。

### 1. 労働時間とは？

労基法でいう時間外労働とは何かを考える前に、まずは「労働時間とは何か」を考えてみましょう。

一般的に労働時間とは、①使用者の指揮監督下、指揮命令下に置かれている時間 のことであり、②使用者の明示または黙示の指示により労働者が業務に従事する時間（※最高裁判例では「労働者が使用者の指揮命令下に置かれている時間」とされています）とされています。

労働時間に該当するかどうかは、指揮監督下、指揮命令下に置かれていると評価できるかどうかということになります。例えば、「自分が担当している本来作業を行っている時間」は分かり易いところです。このいわゆる「本作業」以外である例えば「準備」「着替え」「片付け」「掃除」「研修」「訓練」「会議」「出張」「昼当番」「来客等の待ち時間」が結構問題になります。これら例示したものは、本作業の付随的業務であったり、付随的に発生する作業であり、原則として労働時間に該当するものと考えられます（一部例外あり）。

参考： <https://www.mhlw.go.jp/content/000556972.pdf>（労働時間の考え方）

### 2. 時間外労働とは？

労基法でいう時間外労働とは、上記に該当する「労働」が法定労働時間（原則1日8時間、1週40時間）を超えて働いた時間となり、上限規制や割増賃金などの法規制（罰則付）をかけています。いわゆる「残業」「超勤」などと言われ、法定労働時間を超える時間外労働を行わせる場合には、事前に36協定の締結・届出が必須であり、未締結・未届、36協定超はいずれも「違法な時間外労働」です。

「本人の作業が遅い」「能力が低い」など労働者の責任であるという主張もありますが、このことによって労基法が適用除外・免除となるものではありません。労働者が十分能力を発揮できるよう適材適所の配置、業務分担、育成指導などの義務が企業にあるでしょう。

次回は、割増賃金の計算方法を考えてみましょう。



## VI ご存じですか？「GHS絵表示」

有機溶剤などの化学物質類は様々な場面で使用されていますが、使用している方に対する安全衛生教育が不十分であり、その毒性・有害性・危険性を十分理解していないケースも散見されます。

化学物質取り扱いの際は、GHS絵表示※を確認し、適正な取り扱いをお願いします。

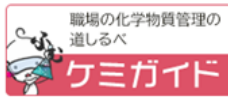


GHS絵表示

※『GHS』は、製剤の危険有害性に関して世界共通の分類と表示を行い、正確な情報伝達を実現し、取扱者が当該製剤によって起こりうる影響を考慮して必要な対策を可能とすることを目的として、2003年7月に国連より勧告されたものです

リーフレット <https://safe.menlosecurity.com/doc/docview/viewer/docN26C0B9F65E1B39625f53641aa246b6f6e807e38f7d4e0657ceb596fe4098ef8b04515160de16>  
「化学物質を安全に取り扱うために」

厚生労働省では、化学物質管理のサイト「ケミガイド」を開設しています。ぜひご覧ください。 <https://chemiguide.mhlw.go.jp/>



化学物質管理に関する社内安全衛生教育用eラーニング教材を活用しましょう。

[https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_26157.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_26157.html)

## VII 11月は「過労死等防止啓発月間」です

### 過労死等防止対策推進シンポジウム

日時 2024年11月14日(木)  
13:30~15:30 (受付13:00~)

会場 岩手教育会館  
2階 多目的ホール  
(盛岡市大通一丁目16)

#### 【プログラム】

- ・主催者挨拶 岩手労働局
- ・遺族からの声
- ・特別講演  
職場におけるメンタルヘルス不調者の復帰支援の取組みについて ~産業医の立場から~
- ・取組事例報告



申し込みはこちら [https://www.mhlw.go.jp/karoshi-symposium/page\\_iwate.html](https://www.mhlw.go.jp/karoshi-symposium/page_iwate.html)



### 過労死をゼロにし、健康で充実して働き続けることのできる社会へ

近年、働き過ぎやパワーハラスメント等の労働問題によって多くの方の尊い命が失われ、また心身の健康が損なわれ深刻な社会問題となっています。本シンポジウムでは、有識者や過労死で亡くなった方のご家族等にもご登壇をいただき、過労死等防止対策推進法施行から10年、あらためて過労死等の現状や課題、防止対策について考えます。



## VIII 適切な労務管理のために

花巻監督署では、寄せられる様々なご相談や疑問にお答えできるよう、各種資料を一覧としてホームページに掲載しております。

法改正、通達、リーフレットなどをご覧ください、適切な労務管理にお役立てください。

【花巻監督署からのお知らせ】

### 労務管理に関する各種資料一覧

労務管理に関する各種資料、情報をご活用ください！ ※PDFは、リーフレット、冊子、取組書、ポータルサイトなどをご案内します。		
1. 令和6年4月から労働条件明示のルールが改正されます。 (Q&Aもこちらからご覧いただけます) <a href="https://www.mhlw.go.jp/f/koseisanpo_32108.html">https://www.mhlw.go.jp/f/koseisanpo_32108.html</a>		
2. 労働条件に関する総合サイト「確かめよう、労働条件！」 <a href="https://www.check-roudou.mhlw.go.jp/">https://www.check-roudou.mhlw.go.jp/</a>		
3. 外国人雇用はルールを守って適正に。 <a href="https://www.mhlw.go.jp/sochusei/001261967.pdf">https://www.mhlw.go.jp/sochusei/001261967.pdf</a>		
4. 労働者派遣事業について（通達、Q&A、各種資料） <a href="https://www.mhlw.go.jp/f/koseisanpo/haishu/roudosha/hakaru.html">https://www.mhlw.go.jp/f/koseisanpo/haishu/roudosha/hakaru.html</a>		
5. フリーランスとして業務を行う方、フリーランスの方に業務を委託する事業者の方等へ。 <a href="https://www.mhlw.go.jp/f/koseisanpo/haishu/roudosha/haishu/haishu.html">https://www.mhlw.go.jp/f/koseisanpo/haishu/roudosha/haishu/haishu.html</a>		
6. 岩手労働局 労働基準部 調査室 労務管理委員会改正の取組は「ほか」 <a href="https://www.mhlw.go.jp/haishu/roudosha/haishu/roudosha/haishu/haishu.html">https://www.mhlw.go.jp/haishu/roudosha/haishu/roudosha/haishu/haishu.html</a>		
7. 地方労働委員会活動促進会・業務改善助成金活用のできる『生産性向上e-ネット集』 (労働時間短縮促進会) 上げつなごる集 <a href="https://www.mhlw.go.jp/sochusei/000935533.pdf">https://www.mhlw.go.jp/sochusei/000935533.pdf</a>		
8. 働き方改革関連法 各リーフレット (働き方改革、時間外労働、労働時間短縮、労働時間短縮、Q&Aなど) <a href="https://www.mhlw.go.jp/f/koseisanpo/haishu/roudosha/haishu/roudosha/haishu.html">https://www.mhlw.go.jp/f/koseisanpo/haishu/roudosha/haishu/roudosha/haishu.html</a>		



ご不明な点は花巻監督署にご相談ください。チャットボットもご利用ください。

<https://www.mhlw.go.jp/stf/roudoukijyunkantokusyochatbot.html>

適切な労務管理をお願いします。



<https://jsite.mhlw.go.jp/iwate-roudoukyoku/content/contents/001885831.pdf>

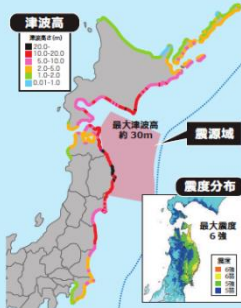
## IX 地震への備えは万全ですか！

令和6年8月8日に発生した日向灘の地震において、「南海トラフ地震臨時情報（巨大地震注意）」が発表されましたが、日本海溝・千島海溝沿いの巨大地震も想定されており、政府では、令和4年12月から「北海道・三陸沖後発地震注意情報」の運用を開始されています。日本海溝・千島海溝沿いにおける「後発地震」の情報を把握し、地震による被害軽減、非常時の備えを進めましょう。

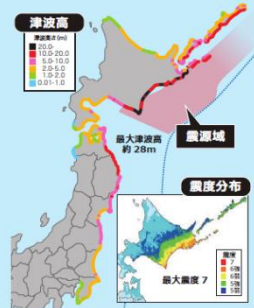
### 想定される津波と震度

日本海溝・千島海溝沿いの巨大地震の発生に伴い、北海道から千葉県にかけての広い範囲で著しい災害が生じるおそれがあります。特に沿岸部では津波による甚大な被害が生じる可能性があります。大きな被害が見込まれる地域では、日本海溝・千島海溝沿いの巨大地震に備える必要があります。

#### 日本海溝沿いの地震



#### 千島海溝沿いの地震



リーフレット「日本海溝・千島海溝沿いの巨大地震 - 事前の備え -」

[https://www.bousai.go.jp/jishin/nihonkaiko\\_chishima/hokkaido/pdf/chishima\\_leaflets.pdf](https://www.bousai.go.jp/jishin/nihonkaiko_chishima/hokkaido/pdf/chishima_leaflets.pdf)

マンガ冊子「日本海溝・千島海溝沿いの巨大地震 事前の備えで命を守る！」

[https://www.bousai.go.jp/jishin/nihonkaiko\\_chishima/hokkaido/pdf/chishima\\_manga.pdf](https://www.bousai.go.jp/jishin/nihonkaiko_chishima/hokkaido/pdf/chishima_manga.pdf)

安全衛生クイズの答え（酸性から順に次のとおりです）

←酸性 ⑥ ⑨ ⑤ ⑧ ③ ① ② ④ ⑦ アルカリ性→