



宮古労基署ニュース

死亡災害ゼロ継続日数

宮古署管内 令和8年7月1日時点

建設業 1525日 **その他の業種 947日**

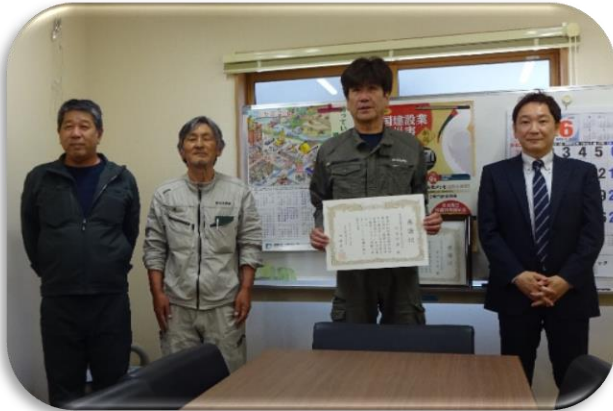
建設業1500日突破！！



建設業死亡労働災害ゼロ1500日感謝状を贈呈しました！

宮古労働基準監督署管内の建設業における死亡労働災害ゼロ日数が令和8年6月6日に1500日を達成したことから、宮古署は令和8年6月24日、建設業労働災害防止協会岩手県支部宮古分会及び岩泉分会に対し、日頃の災害防止活動の活発な推進への感謝の意を表し、感謝状を贈呈しました。

【宮古分会】



(左から) 富山指導員、岩佐指導員、
小山田支部長、宮古署長

【岩泉分会】



(後列左から) 佐藤建設(株) 藤田様、佐藤理事、
藤澤理事、佐藤女性協議会支部長、工藤青年部会長

(前列左から) 田畑指導員、畑中支部長、
宮古署長、昆野副支部長

【贈呈の様子】



安全衛生法に基づく定期健康診断等の診断項目の 取り扱いが一部変更になります



診断項目 ※変更後

- 既往歴及び業務歴の調査
- 自覚症状及び他覚症状の有無の検査
- 身長（☆）、体重、腹囲（☆）、視力及び聴力の検査
- 胸部エックス線検査
- 血圧の測定
- 貧血検査（血色素量及び赤血球数）（☆）
- 肝機能検査（AST、ALT、γ-GT）（☆）
- 血中脂質検査（LDLコレステロール、HDLコレステロール、血清トリグリセライド）（☆）
- 血糖検査（☆）
- 血清クレアチニン検査（☆）
- 尿検査（尿中の糖及び蛋白の有無の検査）
- 心電図検査（☆）

の部分が変更箇所です！



※（☆）の項目は、**医師の判断**により省略が可能となります。

変更のポイント

たしかめ
よう!!

喀痰検査が削除されました

➡健康診断機関や事業者の皆さまは、胸部エックス線検査の結果を踏まえ、結核感染が疑われる者に対しては、医療機関への速やかな受診勧奨を行ってください。

たしかめ
よう!!

肝機能検査の酵素名が変更されました

➡検査対象の酵素の名称を、国際基準に一致させました。



たしかめ
よう!!

「血清クレアチニン検査」が追加されました

➡クレアチニンは通常、尿中に排泄されますが、腎臓の機能が低下すると、血中に残留するため、この検査により腎臓の機能を評価することができます。

➡既存項目の尿蛋白検査では把握できない腎機能の低下者を、血清クレアチニン検査により把握することができます。



⇐詳細についてはこちらから



⇐検討の経過については
こちらから



詳細はこちらから

割増賃金を適切に支払っていますか？

よくある質問



Q1 割増賃金って何ですか？

A1 割増賃金には以下の3種類があります。

種類	支払う条件	割増率
時間外	法定労働時間（1日8時間、週40時間）を超えたとき	25%以上
	時間外労働が1箇月60時間を超えたとき	50%以上
休日	法定休日（週1日）に勤務させたとき	35%以上
深夜	22時から5時までの間に勤務させたとき	25%以上

Q2 割増賃金はどのように計算するのですか？

A2 1時間あたりの時間単価を求め、時間単価に割増率と時間外労働等の時間数を乗じます。時間単価の求め方は以下のとおりです。

【月給制】 **月給 ÷ 1年間ににおける1箇月平均所定労働時間（※）**

（※） 1年間ににおける1箇月平均所定労働時間の計算方法
（例）年間休日125日の場合

$$\begin{array}{l} \text{1年間の所定出勤日数} \\ (365-125) \end{array} \times \begin{array}{l} \text{1日間の所定労働時間} \\ 8 \end{array} \div 12 = \begin{array}{l} \text{1年間ににおける} \\ \text{1箇月平均所定労働時間} \end{array}$$

【日給制】 **日給 ÷ 1日の所定労働時間数**

Q3 時間単価を求める際は、基本給だけを1箇月平均所定労働時間で割ればいいのですか？

A3 いいえ。時間単価を求める際に賃金額から除外することができるのは、以下の手当のみであり、それ以外の手当は除外することはできず、時間単価に含めます。

家族手当・扶養手当・子女教育手当（※）

通勤手当（※）

別居手当・単身赴任手当

住宅手当（※）

臨時の手当（結婚手当、出産手当など）

一箇月を超える期間ごとに支払われる賃金

（※）家族数、交通費・距離や家賃に比例して支給するもの。一律支給の場合は月給に含めます。

令和8年度エイジフレンドリー補助金のお知らせ

- ◆ 高年齢労働者（60歳以上）の労働災害防止のための設備改善や専門家による指導などの経費の一部を補助します。
- ◆ 高年齢労働者の雇用状況や対策・取組の計画を審査の上、効果が期待できるものについて、補助金を支給します。
※すべての申請者に補助金が交付されるものではありません。

【コース一覧】

I 専門家総合対策コース（職場環境改善・運動指導等）

申請
期限

R8

8/31

（第1段階）

R8

10/31

（第2段階）

※第1段階（専門家によるリスクアセスメントの実施）と第2段階（リスクアセスメント結果を踏まえた身体機能の低下を補う設備・装置の導入等または、転倒防止及び腰痛防止のための運動指導等の取組）に分かれた申請となります。

II 熱中症対策コース

申請
期限

R8

10/31

暑熱な環境による熱中症予防対策として身体機能の低下を補う装置・装備の導入に要する経費への補助を行います。

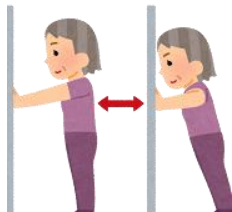
III コラボヘルスコース

申請
期限

R8

10/31

コラボヘルス等の労働者の健康保持増進のための取組に要する経費への補助を行います。



補助金の詳細は
こちらから



エイジフレンドリー
指針は
こちらから

おまけ

▶ 6月に入り、岩手県でも梅雨入りが発表されました。これからの季節に皆さんに注意していただきたいのは「**暑熱順化の喪失**」です。

▶ 梅雨の期間は気温が低くなるため、熱への暴露が中断されます。熱への暴露が中断すると、それ以前に暑熱順化ができていたとしても、**中断4日後には暑熱順化の顕著な喪失が始まり、3～4週間後には完全に失われてしまう**そうです。

▶ たしかに、労基署ニュース担当者も週末に趣味でテニス（屋外）をしていますが、「暑さに慣れたな」と思っても、平日を挟んで次の週末になると元に戻ってしまった感覚があります。

▶ 「働く人の今すぐ使える熱中症ガイド」では、日常で取り入れられる以下の暑熱順化トレーニングが紹介されていますので、皆さんもぜひ取り組んでみてください！

歩く・走る

（帰宅時に一駅分歩くのもOK）

歩く目安

30分

走る目安

15分

頻度目安

週5回



自転車

運動目安

30分

頻度目安

週3回



適度な運動

（筋トレやストレッチなど適度に汗をかくもの）

運動目安

30分

頻度目安

週5回～毎日



入浴・サウナ

（お風呂はシャワーだけでなく、湯船につかる）

頻度目安

2日に1回

