



## 大船渡労基署 ニュース



新秋の候 大船渡労働基準監督署 署長 唐崎 勝

このところ朝晩はだいぶ過ごしやすい天候になってきたなと個人的には感じているところですが皆様方はいかがお過ごしでしょうか。この号が皆様のお手元に届くのは9月初旬になりますので全国労働衛生週間の準備月間スタートしている時期になります。

今年度のスローガンの中に「健康があってこそ」とありますが、皆様は健康であることの大切さやありがたさを感じたことはありますか。自分は健康であることってこんなにありがたいことなんだと感じたことがあります。

現在の働く人の健康をめぐる状況について仕事や職に関して強い不安、悩み、ストレスを感じている労働者は依然として半数を超えている、働く人の約3人に1人は何らかの疾病を抱えながら働いているなどの調査結果もあるなど決して良い状況にあるわけではなく、これらの課題は何とかして改善していかなければならないことはご理解いただけると思います。いい仕事をするためにはまずは健康であることが必要であることを経営者陣だけでなく、働く人一人一人が意識して健康職場とするようご尽力いただきたいと思います。不健康ではいい仕事も不健康なこともできません。だからといって不健康(飲み過ぎ?)なことを進めているわけではありませんが・・・

## 第73回 全国労働衛生週間

令和4年10月1日～7日[準備期間:9月1日～30日]

今年も、全国労働衛生週間の時期となりました。

全国労働衛生週間は、働く人の健康の確保・増進を図り、快適に働くことができる職場づくりに取り組む期間です。

今年のスローガンは、

スローガン **あなたの健康があってこそ  
笑顔があふれる健康職場**

です。各職場において、スローガンを掲示するなど、職場における意識高揚の取り組みなどをお願いします。

また、全国衛生週間期間中の取組事項などについては、公表されている実施要綱をご覧ください。

## ◆②事後措置

事業者は、健康診断の結果、異常の所見があると診断された労働者について、当該労働者の健康を保持するために必要な措置について医師等の意見を聴取し、必要があると認めるときは当該労働者の実情を考慮して、適切な措置を講じる必要があります。

就業区分		就業上の措置の内容
区分	内容	
通常勤務	通常勤務でよいもの	—
就業制限	勤務に制限を加える必要のあるもの	勤務による負荷を軽減するため、労働時間の短縮、出張の制限、時間外労働の制限、労働負荷の制限、作業の転換、就業場所の変更、深夜業の回数の減少、昼間勤務への転換等の措置を講じる。
要休業	勤務を休む必要のあるもの	療養のため、休暇、休職等により一定期間勤務させない措置を講じる。

意見を聞く医師としては、産業医(労働者数50人以上で選任が必要)や気仙地域産業保健センター(同50人未満を対象に無料)があります。

## ◆①健康診断 ■健康診断の種類と頻度

雇入時の健康診断	雇入れの際
定期健康診断	一年以内ごとに1回、定期に
特定業務従事者(※)の健康診断 ※深夜業など	六月以内ごとに1回、定期に
海外派遣労働者の健康診断	あらかじめ
給食従業員の検便	雇入れの際、配置換えの際
歯科医師による健康診断(※) ※塩酸、硝酸、硫酸、亜硫酸、フッ化水素、黄りん、その他歯又はその指示組織に有害なものガス、蒸気、粉塵を発生する場所における業務	雇入れの際、配置換えの際、六月以内ごとに1回定期に
自発的健康診断	
特殊健康診断(※) ※有機溶剤、特定化学物質鉛、高気圧、電離放射線、じん肺、石棉など	六月以内ごとに1回、定期に (じん肺健診は除く)

## ■定期健康診断の項目

①既往歴・喫煙歴・服薬歴・業務歴の調査、②自覚症状や他覚症状の有無の検査、③身長、体重、腹囲、視力及び聴力(1000Hz・30dB、4000Hz・30dB)の検査、④胸部エックス線、喀痰の検査、⑤血圧の測定、⑥貧血(血色素量や赤血球数)の検査、⑦肝機能(GOT、GPT、γ-GTP)の検査、⑧血中脂質(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)の検査、⑨血糖(空腹時血糖またはヘモグロビンA1c)の検査、⑩尿(尿中の糖や蛋白の有無)の検査、⑪心電図の検査

## ◆コラボヘルス

コラボヘルスとは、保険者と事業者が積極的に連携し、明確な役割分担と良好な職場環境のもと、加入者の予防・健康づくりを効率的・効果的に実行することです。

改正「事業場における労働者の健康保持増進のための指針」(THP指針)(令和3年4月1日適用)でも、基本的考え方としてコラボヘルスの推進が求められています。

## ■取り組んでいただきたいこと

- 保険者から健康診断の結果を求められた場合は提供してください。
  - ▶ 法律に基づく義務(※)の場合は、第三者提供に係る本人同意は不要です。
    - ※保険者から40歳以上の労働者の安衛法に基づく健康診断の結果を求められた場合に、事業者が当該結果を保険者に提供することは、法律に基づく義務
  - ▶ 法律に基づかない場合は、労働者本人の同意を得る必要があります。
- 「職場における心とからだの健康づくりのための手引き」にある事例も参考に、労働者の健康状況に応じて、健康保持増進対策を実施してください。

## ◆副業兼業ガイドラインによる健康管理

働き方の多様化が進む中、副業・兼業する労働者も増えつつあります。この際、健康診断をはじめとする健康管理も必要です。詳しくは、「副業・兼業の促進に関するガイドライン」でご確認ください。



9月は「職場の健康診断実施強化月間」にもなっています。

## ◆ 歯科健診



労働安全衛生法により、有害な業務に従事する労働者に対しては、歯科健康診断を実施することが義務とされています。

現行法において、その結果を所轄労働基準監督署へ報告する義務があるのは、常時50人以上の労働者を使用する事業者になります。

この労働者の人数要件が2022年10月より撤廃され、労働者の人数にかかわらず、歯科健康診断を実施した場合には報告が義務となります。

	現行	2022年10月より
歯科健康診断実施対象者	有害な業務に従事する労働者（※）	
歯科健康診断の報告義務	常時50人以上の労働者を使用する事業者	労働者の人数にかかわらず、実施対象者がいる事業者

※有害な業務に従事する労働者とは、塩酸、硝酸、硫酸、亜硫酸、フッ化水素、黄りんその他歯またはその支持組織に有害な物のガス、蒸気または粉じんを発生する場所における業務に従事する労働者

なお、現行の定期健康診断結果報告書（安衛則様式第6号）から、歯科健康診断に係る記載欄を削除し、新たに「有害な業務に係る歯科健康診断結果報告書（様式第6号の2）」が作成される予定です。

## ◆ 「見える」安全活動コンクール

現在『令和4年度「見える」安全活動コンクール』が展開中です。どなたでも応募可能です。詳しくは厚生労働省ホームページ「職場のあんぜんサイト」をご覧ください。

募集期間：令和4年8月1日～9月30日  
投票期間：令和4年11月1日～12月31日  
結果発表：令和5年2月



←令和3年度の優良事例の一例  
有事の際や、停電時に階段昇降を問題なくできるように、**高光度蓄光テープ**を工場各所に設置（写真は階段の様子）。

## ◆ 新型コロナウイルス感染症対策



現在、若い世代を中心に感染者が急増している一方、若い世代の3回目ワクチン接種は3～5割台に留まっています。

各企業・団体等の皆様からも従業員等に対して積極的に働きかけていただきますようお願いいたします。

## ◆ 労働災害発生状況 ※この統計は休業4日以上ものになります

### ◆ 令和4年7月末現在速報値（大船渡労働基準管内）

【業種】別			
製造業	41人	+	35人
建設業	6人	-	7人 (-1)
運輸交通業	5人	+	2人
林業	2人	-	4人 (-2)
畜産水産業	1人	-	1人
商業	5人 (1)	+	2人 (+1)
通信業	1人	+	1人
保健衛生業	3人	-	3人
接客娯楽業	2人	+	2人
その他業種	人	-	4人
合計	66人 (1)	+	23人 (-1)

### 最近の労働災害事例

<災害事例> 【運輸交通業】洗車場でトラックの洗車をしようとして台（1段ビールケースくらいを1段と2段で階段状に設置）の2段目に足をかけたら台が滑ってコンクリート床面に墜落し後頭部を打った。（挫創）

<災害事例> 【製造業】機械の重油バーナチップの交換を終えてホースと接続する際に、ホースにある残圧を下げるため、工具を使用してカブラを緩めたところ、重油が噴出し、それを避けようとして転んでついた手を骨折した。

## ◆ 建設業の補助金制度

所定の建設機械に厚労省指定の安全装置を取り付けることで補助を受けられる制度があります（高度安全機械等導入支援補助金）。1機あたり最大100万円の補助が受けられます。詳しくは建災防ホームページをご覧ください。Web登録期間は9月2日(金)～12月19日(月)です。



## ◆ 安全衛生優良企業公表制度

「安全衛生優良企業公表制度」は、労働安全衛生に関して積極的な取組を行っている企業を認定・企業名を公表し、社会的な認知を高め、より多くの企業に安全衛生の積極的な取組を促進するための制度です。企業も求職者や取引先などへのアピールに活用することができ、求職者も安全・健康な職場で働くことを選択することができます。申請方法等の詳細事項は、厚生労働省ホームページ「職場のあんぜんサイト」をご覧ください。

**サイトで確認**

労働条件ポータルサイト

**「確かめよう労働条件」**

確かめよう労働条件 **検索**

**携帯電話・スマホでも** >>

QRコード

※10月10日までの携帯番号のご利用マナーにご協力ください。

**電話で確認** 労働条件相談「**ほっとライン**」

はい 1 3 5 2 0

**0120-811-610**

相談 対応時間 [月～金] 17:00～22:00 [土・日] 9:00～21:00  
※12月29日～1月3日は除きます。

◆専門知識を持つ相談員が対応します。  
◆厚生労働省委託事業  
(委託先:株式会社東京リーガルマインド)

厚生労働省  
Ministry of Health, Labour and Welfare

## 「外国人労働者向け相談ダイヤル」

Telephone Consultation Service for Foreign Workers  
相談対応時間 [月～金] 10:00～15:00 ※正午～13:00は除く

Telephone Consultation Service for Foreign Workers  
面向外籍劳动者的咨询专线

0570-001-701 (Mon～Fri)  
0570-001-702 (周一～周五)

# 有所見率改善のための **好事例** はありますか？

裏面の用紙で取組事例を教えてください。様々な事例を収集し今後の大船渡労基署ニュースで紹介させていただきます。

事業場における健康診断を実施した結果、何らかの所見がある人の割合（有所見率）は増加傾向にあり、全国・岩手・大船渡労基署ともに過去最高となった前年（令和2年）からは岩手・大船渡労基署は微減したものの令和3年の確定値は過去2番目に高い（全国は過去最高）結果となっています。また、岩手は全国ワースト8位（全国58.5%、岩手62.7%）と高く、さらに大船渡労基署は岩手県内でもワースト1位タイ（67.2%）となっています。このため、何としても有所見率改善を図りたいところです。

昨今では健康経営優良法人に認定される事業場も年々増えているなど、健康経営に積極的に取り組んでいる事業場も多くなってきていますが、一方で、まだまだ多くの事業場では健康管理には苦慮しているように見受けられます。

そこで、各社において取り組んでいただいている健康確保等に関する活動を紹介していただき、その情報を共有することで、多くの事業場で参考にさせていただこうと考えました。

これにより、「なるほど!」「そういう取り組みもあるのか!」「それならわが社でもできるからやってみよう!」と健康確保に関する取り組みが広がることを期待できます。

**ぜひ、裏面の用紙で取組事例を教えてください。様々な事例を収集し、ほかの事業場の参考にさせていただければと考えています。**  
**(令和4年9月23日(金)までお願いいたします。)**

特に参考になる情報をいただいた事業場には、当署から感謝状を贈呈させていただきます。

実施しているもの、又は計画しているものなど、ご自由にお書きください。一般的な活動、ユニークな取り組みなど何でも結構です。失敗事例も歓迎します。

### 取組例1

#### 「みんなで運動をしよう!!」

仕事以外の時間での運動を勧奨する

仕事の空き時間等(昼休憩、午後休憩等)に運動の時間を確保して運動を勧奨する

#### ①場内ウォーキングマップ

会社周辺や工場の敷地内を利用したウォーキングコースを設定し、昼休みや仕事の後に利用する方法もあります。いくつかのコースを設定しておく、利用できる時間やその日の気分に応じたコースを選べるので利用しやすいでしょう。それぞれのコースの距離や歩数、時間などの目安があると便利です。

#### ③健保組合のウォーキングキャンペーンを実施

2ヶ月で60万歩以上(勤務時間中の歩数はカウント外)を目標とした健康保険組合主催の「ウォーキングキャンペーン」を実施。達成歩数に応じた健康関連グッズを進呈。(製造業:Yパン)

#### ②班単位で競い合うウォーキング大会

特定保健指導対象者に万歩計を配布し班単位で競い合うウォーキング大会を実施。一ヶ月間で競い優勝した班には賞品を進呈。(製造業:N社)



#### ④地図上でどこまで歩いたか 賞品授与

社員に万歩計を配布し地図上でどこまで歩いたか記録させ、成績により賞品を授与。(建設業:S社)  
(効果)運動に興味を持ち、継続する意識付けができる。

#### ⑤ポイント制のチャレンジ

企業グループで運営する「健やか活動チャレンジ85」への参加を推奨し身体を動かす習慣を身につけることに取り組んでいる。(運輸業:OS社)

【健やか活動チャレンジ85】  
30分のジョギングは2ポイント、5000歩のウォーキングは1ポイント、家事労働15分は0.25ポイントなど、身体活動を数値化し一定期間の合計ポイントの目標を85として達成状況を確認する。(運輸業:OS社)

#### ⑦社内グラウンドでゴルフ大会

社内グラウンドを活用し、昼休みにグラウンドゴルフ大会を実施。(製造業:Y社)

#### ⑧スポーツ大会

- 社内運動会
- ボウリング大会
- 球技大会
- 社内駅伝大会
- 部内対抗駅伝大会



#### ⑥年1回 運動機能等の測定

運動能力の経年変化を自覚するため、運動機能測定(握力、垂直跳び、立位体前屈等)、心肺機能測定(エアロバイク)を年1回実施。(製造業:D社)



#### 仕事時間も

- 2階程度の上りや3階程度の下りは、エレベーターではなく、階段を利用しよう。省エネ対策として進められましたが、健康づくりにも効果的です!!
- 階段に「○段で○kcal」などと表示し、運動意識の向上に努める。

### 取組例2

#### 「みんなで体操をしよう!!」

ラジオ体操を作業開始前や各休憩時間に放送し、実施を促す

ラジオ体操を作業開始前や各休憩時間に放送し、みんなで実施する

仕事の合間でのストレッチの実施を促す

効果的な体操等の方法を示す

実技チラシ など

#### ストレッチでリフレッシュ

ゆっくりと筋肉を伸ばすところから筋肉もほぐれ、気持ちもリフレッシュできます。



#### ポイント

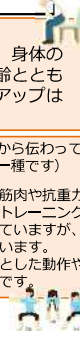
- はすみをつけず、ゆっくりと
- 呼吸は止めずに、自然に
- 痛みを感じるころまでは伸ばさず
- 10秒~30秒間伸ばそう
- 伸ばしている部分に意識を向けよう
- 左右それぞれ2回伸ばす
- 笑顔で行おう!

#### 筋力アップで転倒予防

「老化は脚から」と言うように、身体の機能の低下、特に脚の筋力は加齢とともに著しく低下します。脚の筋力アップは、転倒予防に効果があります。

#### 八段錦

(はちだんきん:中国で古くから伝わっている健康を保つための体操の一種です)  
転倒防止や腰痛予防のために下肢の筋肉や抗重力筋などは大切な筋肉です。抗重力筋のトレーニングとしてコア・トレーニングが推奨されていますが、八段錦の動きにはその要素が含まれています。ゆっくりと動く八段錦は、ゆったりとした動作や呼吸によりストレスの解消にも効果的です。



### 取組例3

#### 「みんなで食事に気を付けよう!!」

- 社員、社員の奥様対象に家庭での食習慣改善のためヘルシー料理教室を開催。
- 社員食堂メニューにカロリーと塩分量を表示。
- 社員食堂のすべてのメニューに1食分のカロリーを表示。
- 社員食堂、独身寮のメニューへのカロリー表示や低カロリーメニューの提供を実施。
- メニューにカロリー表示を行っている。
- 社内の自動販売機すべての飲料水にカロリー表示をすると共に、業者から補給本数を報告させている。
- 社員食堂の定食類の30%程度を700kcal以下に抑えたヘルシーランチを提供。
- 出入りの弁当配達業者の昼食用献立メニューにカロリー表示を実施。
- 食堂メニューにカロリー表示、塩分表示を行っている。
- 食堂の炊飯器の横に「はかり」と100gごとのカロリーを記載した表を置いている。
- 社員食堂にカロリー総合計が600kcal以下のヘルシー弁当を導入。



#### けんせつ体操



◆我が社の事例を提供します◆

## わが社の【健康確保等に関する取組】について

事業場名		業種	
所在地			
TEL		FAX	
記入担当者名 職氏名	大船渡労基署ニュースへの事例掲載の際の事業場名公表の諾否		諾・否

テーマ (下記に記載する文書の末尾に該当するテーマ番号を付記してください)	「①健診実施時の工夫」・「②食習慣改善の工夫」・「③ウォーキングの奨励」・「④運動指導の工夫」・「⑤健康づくりへの援助」・「⑥健康づくりの意識啓発」・「⑦産業医の活用」・「⑧有所見者への対応の工夫」・「⑨その他」
--	--

## ◆ 実施中、計画中の【改善のための取組】

--

## ◆ その成果は？（予想される成果も含みます。）

--

送付先 〒022-0002 大船渡市大船渡町字台13-14

大船渡労働基準監督署

TEL 0192-26-5231 FAX 0192-26-5232

担当 監督・安衛課 : 鈴木

(suzuki-tooru.w53@mhlw.go.jp)

(ご報告は FAX でも構いません)

- 1枚だけでなく、何枚・何種類でも結構です。
- 「別紙」として沢山書いていただいても結構です。