



新秋の候 大船渡労働基準監督署 署長 西村 浩二

近年しばしば耳にする「推し」という言葉、今年度の全国労働衛生週間のスローガンにお目見えしました。この言葉、調べてみたところ「人に薦めたいと思うほどに好感を持っている対象」の意味で使うのだとか。そういえば、webの記事か新聞記事か忘れましたが、最近目にした記事に「趣味の数と死亡リスクの関係」について書かれたものがありました。ある大学の調査によると「多趣味な人ほど死亡リスクが低い」ことが分かったそうです。趣味が2つの人では10%、5個の人では31%も死亡リスクが低いそうです。特に「体を動かす趣味」や「誰かと一緒に行く趣味」は効果が高いのだとか。「死亡リスクが低い」は「健康レベルが高い」と読み替えてもよさそうです。ある事業場では「ウォーキングアプリ」を活用して、労働者同士で歩数のランキングを確認できるようにしたところ、労働者同士が1日の歩数を話題にして楽しみながら取り組むようになったそうです。健康への好影響もあったことでしょう。今回の全国労働衛生週間準備期間を機に、皆さま方の事業場でも楽しく取り組むことができ、健康にもつながる「推し」について検討してみたいはいかがでしょうか。

## 全国労働衛生週間

令和6年10月1日～7日[準備期間：9月1日～30日]

### 推してます みんな笑顔の 健康職場

全国労働衛生週間は、**今年で第75回**を迎えます。

現在、**労働者の高齢化の進行により、一般健康診断の有所見率が上昇傾向にあること、働く女性の健康問題への対応も課題**となっています。

また、**熱中症や腰痛など、気候変動、高齢化等の要因による業務上疾病の発生が増加傾向**にあります。こうした労働環境を取り巻く変化に対応し、あらゆる労働者が健康に働き続けるためには、**職場における健康管理はもとより、治療と仕事の両立支援やあらゆる労働者が安心して安全に働ける職場環境づくりの推進が重要**です。

事業者の皆様におかれましては、自主的な労働衛生管理活動の一層の推進をお願いいたします。

全国労働衛生週間の実施事項については、以下のQR（令和6年度全国労働衛生週間実施要綱）をご確認ください。

厚生労働省HP  
実施要綱



QRコードを読み取ることで取得するURLは、中央労働災害防止協会が運営する外部サイトにアクセスします。2024年8月時点のURLです。



### 準備期間（9月1日～30日）に実施する事項

重点事項をはじめとして、日常の労働衛生活動の総点検を行いましょ

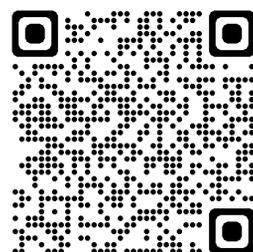
- 過重労働による健康障害防止対策
- 職場におけるメンタルヘルス対策
- 職場における転倒・腰痛災害の予防対策
- 化学物質による健康障害防止対策
- 石綿による健康障害防止対策
- 職場の受動喫煙防止対策
- 治療と仕事の両立支援対策
- 職場の熱中症予防対策の推進
- テレワークでの労働者の作業環境、健康確保
- 小規模事業場における産業保健活動の充実
- 女性の健康課題への取組

# 化学物質対策進んでますか？

## 化学物質対策のポイント！

- ① **職場でどんな化学物質を使用しているか、安全データシート（SDS）等で確認**しましょう。
- ② **SDS等の情報に基づいてリスクアセスメント**を実施しましょう。
- ③ **化学物質管理者を選任**しましょう。（リスクアセスメント対象物を製造する事業場は、専門的講習の修了者から選任。製造以外の業務を行う事業場の場合、資格要件はないが、専門的講習修了者から選任することが望ましい。）
- ④ **皮膚・目刺激性、皮膚腐食性または皮膚から吸収され健康障害を引き起こしうる化学物質と当該化学物質を含有する製剤を製造し、または取り扱う業務を行う事業場では、その物質の有害性に応じて、保護眼鏡、不浸透性の保護衣、保護手袋または履物など適正な保護具を使用**しましょう。
- ⑤ **リスクアセスメント対象物**(労働安全衛生法第57条の3でリスクアセスメントの実施が義務付けられている危険・有害物質)については、以下の方法等で、**当該対象物にばく露する程度を最低限**にしましょう。

- ・ 代替物の使用
- ・ 発散源を密閉する設備、局所排気装置または全体換気装置を設置し、稼働。
- ・ 作業方法の改善。
- ・ 有効な呼吸用保護具の使用



関連リーフレット

改正事項の詳細については、関連するリーフレットのQRコードからご確認ください。

## 過重労働の防止について

**時間外労働・休日労働の時間数が1か月に月45時間以上の方は健康障害(脳疾患や心疾患など)となるリスクがあり、この時間数が長くなればなるほど、健康障害のリスクは徐々に高まります。この時間数が、月100時間を超えたり、複数の月を平均して80時間を超える場合は、健康障害のリスクは非常に大きいと言えます。**

時間外・休日労働時間数が長い労働者の健康障害を防止するため、**労働時間の削減や勤務間インターバルの導入、年次有給休暇の取得の促進、長時間労働者の医師による面接指導の実施及び当該面接指導の事後措置の実施等、取り組みの推進**をお願いいたします。

リーフレット「過重労働による健康障害を防ぐために」



時間外労働削減事例集

