

<p>No.167</p> <p>2024.05.24</p> <p>(令和6年)</p> 	 <p>— 支部だより —</p> <p>あいかわ あつぎ あやせ えびな きよかわ さま やまと</p>	<p>もくじ</p> <p>1.....支部長就任のご挨拶</p> <p>2.....厚木支部定期総会</p> <p>3.....監督署長新年度のご挨拶</p> <p>4.....監督署からのお知らせ</p> <p>5.....道選</p> <p>6～7...健康CHANNEL</p> <p>8.....ディスカバリーあつぎ 支部からのお知らせ</p>
<p>発行(公社)神奈川労務安全衛生協会厚木支部 編集:広報部会</p>	<p>E-mail: toi_12@roaneikyo.or.jp http://www.roaneikyo.or.jp/shibu/atsugi/index.html</p>	<p>〒243-0018 厚木市中町3丁目1-7 TEL (046) 259-8118</p>



『支部長就任にあたり』

厚木支部長 永澤 実
日産自動車株式会社テクニカルセンター

会員の皆様、こんにちは。

去る4月26日開催の定期総会でご承認いただき、立脇前支部長の後を継ぎ、厚木支部長という大役を務めさせて頂くことになりました、日産自動車(株)テクニカルセンターの永澤です。厚木支部長就任にあたり、一言ご挨拶申し上げます。

総務・渉外分野に長く従事しており、労務安全衛生の領域は経験が浅く、皆様のご期待にお応えできるものか、不安ではございますが、精一杯努力してまいりますので、ご支援、ご協力の程よろしくお願い申し上げます。

今年度はようやくコロナ明けのスタートとなりました。しかしながら、3年に及ぶコロナの影響は大きく、特に各種大会や技能教育講習会の参加者数は大幅に減少し、また、厚木支部の強みでもあった労務管理部会・安全部会・労働衛生部会・広報部会・倉庫関係部会・食品加工部会の六つの専門部会と産業保健委員会を中心とした労務安全衛生に関する活動も中断を余儀なくされ、支部全体としての活動も停滞気味であると伺っております。

コロナ禍で苦労した3年を「失われた3年」として締めくくるのではなく、会員の皆様に労務安全衛生協会の意義を感じて頂くために、コロナ前の活動に戻すだけに留まらず、更なる活

性化に向けた一年にしていく必要があるのではないかと考えております。

まずは、各種大会・技能教育講習会・セミナー、中断している各専門部会の研修や講座等をコロナ前同様に実施して参ります。会員の皆様の積極的な参加をお願いいたします。

また、協会活動活性化のためには「仲間」を増やすことも重要であると考えます。コロナ禍で加入促進活動も十分に行えず、残念ながら、現時点では、会員事業場数の減少に歯止めがかかっておりません。一方、厚木支部エリアにおいては、新東名の開通、新たな工業団地の建設等により、新規の企業立地が進んでおります。これは、会員増強にとっては大きなオポチュニティでありますので、積極的な活動を展開していきたいと考えております。会員増強には、何よりも、会員の皆様のご理解・ご協力が必要となりますので、併せてよろしくお願い申し上げます。

不安定な国際情勢の影響もあり、経済情勢は依然不透明な状況にありますが、働くものの安心・安全と健康を守るために私たちに課せられた役割は、従来以上に重要なものになっております。

特に労働災害の防止は私たちにとって、最も基本となるものですが、厚木署管内においては

休業4日以上労働災害が近年増加傾向にあり、極めて厳しい状況にあります。

労働災害は決して起こしてはならないということであらためて再確認し、リスクアセスメントの確実な実践、労働安全衛生マネジメントシステムの導入・実施などを通じて真にゼロ災を実現すべく、会員の皆さんと共に活動を進めてまいりたいと思います。また、心とからだの健康及び快適職場の実現に向けても、各種労働条件の向上と健康の保持増進対策を着実に積み重

『令和6年度厚木支部定期総会開催』

(公社)神奈川労働安全衛生協会厚木支部令和6年度定期総会が去る4月26日(金)にレブランドホテル海老名にて開催されました。

総会成立に関し、副支部長の富士フィルムビジネスイノベーション(株)三島様より総会成立宣言があり「総会員397事業場のうち310事業所の出席および委任状が提出されましたので、厚木支部規約第20条に則り本総会は成立しています」との報告がなされました。

議事に先立ち、職場安全功労者1名と厚木支部功労者4名の労働安全衛生活動に尽力された功労者の方々が表彰され立脇支部長より感謝状および記念品が授与されました。

表彰に続き、支部規約に基づき立脇支部長が議長に就任し挨拶をされた後、各議案の審議に移りました。

第1号議案「令和5年度 事業報告」第2号議案「令和5年度 収支決算報告」を金丸事務局長が、第3号議案「令和5年度 会計監査報告」を島田会計監査から、第4号議案「令和6年度 事業計画(案)」第5号議案「令和6年度

ねてまいりたいと考えております。

安全で働きがいと生きがいのある職場づくりを目指して、歴代の役員の方々が積み上げてこられた良き歴史を守り、更に発展させていくために頑張る努力をさせていただきたいと考えておりますので、厚木労働基準監督署の皆様の引き続きのご指導・ご助言と、会員各位のより一層のご理解とご協力を重ねてお願い申し上げます。支部長就任にあたってのご挨拶とさせていただきます。

予算(案)第6号議案「役員改選(案)」を金丸事務局長より説明、報告がありました。



すべての議案は出席者の方々よりご了解が得られ満場一致で可決され、議長が解任されました。

今年度は役員改選の年であり、第6号議案で承認された通り支部長も日立Astemo(株)立脇様から日産自動車(株)永澤様に交代となり新支部長より就任のご挨拶がありました。

また、来賓としてお越しいただきました厚木労働基準監督署 山崎署長、並びに協会本部 古屋専務理事よりそれぞれご祝辞をいただき、最後にこの定期総会をもって退任される金丸事務局長から挨拶があり、本総会は滞りなく閉会となりました。

『令和5年度職場功労者・支部功労者表彰』

永年にわたって自社の安全衛生活動の推進に努力され、顕著な功績のあった職長を表彰する「職場安全衛生功労者」に1名、支部功労者4名が表彰され記念品が贈られました。

職場安全衛生功労者 永田 真さん

支部功労者 加賀谷 努さん・深澤 長利さん・

勝俣 伸一さん・日置 智明さん





『新年度のご挨拶』

厚木労働基準監督署
署長 山崎 嘉之

厚木労働基準監督署長の山崎です。2年目を迎えることになりました。

日頃から、神奈川労務安全衛生協会厚木支部ならびに会員事業場の皆様方におかれましては、労働行政の推進にご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

今年度も労働行政の課題は山積していますが、第一の課題は、賃金引上げの問題です。今年の春闘では、数十年ぶりとも言われる高水準の賃上げ率となったものの、その効果が中小企業にまで波及しているとは言えない状況にあります。名目賃金は上っても物価上昇に追いついていないことから、実質賃金は24か月連続で下り続けています。神奈川労働局では最低賃金額の履行確保に取り組むとともに、業務改善助成金により、中小企業の賃金引上げを支援します。また、適正な価格転嫁が図られるよう関係省庁と連携した環境整備にも取り組んでまいりますので、賃金引上げについてご検討、ご協力をお願いします。

働き方改革は令和元年から順次関係法令が施行されてきましたが、今年4月に、建設業、自動車運転者、医師等、時間外労働時間の上限規制が猶予されていた業種等に上限規制が適用されるようになりました。これで、全ての事業場が同じスタートラインに立ったといえます。ともすると働き方改革は過去の話だとか、202

4年問題は運輸業や建設業等の特定の業界のみ
の問題であるかのように捉えられがちですが、
少子高齢化を向える日本には、まだまだ変えて
いかなければならない課題が多く残されていま
す。各企業におけるお取り組みはもちろんのこと、
荷待ち時間の削減や、適正な工期設定等につ
いてのご協力をお願いします。

最後に災害防止に関するお願いです。令和5
年の当署管内における全産業における休業4日
以上の労働災害件数は、1,103件（新型コ
ロナウイルス感染症によるもの除く。速報値）
となり、令和4年の1,070件より33件増
加しており、労働災害が増加傾向にあります。

また、業種別にみると重点業種である製造業、
道路運送貨物事業、貨物取扱業の休業災害が神
奈川労働局内で最も多い署となっています。昨
年度は第14次労働災害防止推進計画の初年度
としては厳しい結果となりましたが、最終年度
には休業災害件数を1,000件未満とする目
標を掲げていますので、災害防止にご尽力頂
きますようよろしくお願いします。

労働行政の課題は、賃金引上げから労働災害
防止に至るまで幅広くに及んでおり、さらに秋
にはフリーランス新法の施行も控えています。
これまでも増して貴支部及び会員事業場の皆
様方のご理解とご協力が不可欠です。今年度も
引続きご理解、ご協力をよろしくお願いします。

STOP! 熱中症 クールワークキャンペーン

早めの対策で 熱中症死亡災害ゼロを目指しましょう!

～実施期間：5月1日～9月30日 重点取組期間：7月

～厚木労働基準監督署からのお知らせ～

令和6年度の重点施策

I 賃金引上げに向けた支援と非正規雇用労働者の処遇改善

1. 最低賃金引上げに向けた中小企業・小規模事業者の生産性向上のための支援
2. 監督署と連携した同一労働同一賃金の遵守の徹底
3. 非正規雇用労働者の処遇改善・正社員化を行う企業への支援

II リ・スキリングの推進と人材確保の支援

1. リ・スキリングによる能力向上支援
2. 成長分野等への労働移動の円滑化
3. 中小企業等に対する人材確保の支援

III 多様な人材の活躍と魅力ある職場づくり

1. フリーランスの就業環境の整備
2. 女性活躍、仕事と育児・介護の両立支援
3. ハラスメント防止対策
4. 安全で健康に働くことができる環境づくり
5. 多様な働き方、働き方・休み方改革
6. 多様な人材の就労・社会参加の促進

すべての人がいきいきと働く
かながわを目指して



『 初 体 験 』

トピー工業株式会社
中西 正人

いつもと違う朝を迎え、ワクワクしながら目覚めた。目覚ましのアラームが鳴る前の夜中に、特別な日の始まりだからだ。

ゴルフ好きなエンジョイゴルファーの私なので、ラウンドする前日は、小学校の遠足へ行く時と同等のワクワク感に満ちあふれている。いつものゴルフ場へ向かうのとは、全く違っていた事は今でも忘れていない。それは、相模原ゴルフクラブでラウンドが出来る日だからである。



(クラブハウス前)

相模原ゴルフクラブの歴史を簡単に説明しておく。1955年創設、相模の清流を控え丹沢連山を望む景勝の地である相模原に相模原ゴルフクラブの歴史がスタートした。1960年には西コースが完成し、その後、東西36ホールを擁する関東有数のゴルフクラブとなる。その事で東コースにて日本オープンゴルフ選手権3回、全米女子プロゴルフ公式戦、日本女子オープンゴルフ選手権も開催される名門コースである。

このような夢のゴルフ場でラウンドが出来るようになった理由が、ここからは他言無用で願いたい。昨年7月16日に別のゴルフ場で一緒にラウンドした知人が、何と！何と！「hall in one」を達成したのだ。実際に出くわすと鳥肌ものだ。「感動した！」本当にビックリした初体験だった。

日本のゴルフ事情は本当に変わっている。本来で有れば、達成したプレイヤーをお祝いするのが普通ではないか。しかし、達成者が一緒にラウンドしたメンバーを持て成す習わしがあるのだ。本当に不思議

だと思わないか。このことで、達成者は、習わしを思い出し我に帰えた。「どうしよう！」と吐いた。当然、ゴルフ歴の長い私は、この習わしを存じている。

その言葉を聞いた直後に自分の欲望が脳裏を走り、いの一番！冗談ぎみに、「相模原でゴルフがしたい！」と笑顔で空を見上げながら聞こえるように呟き、夢が叶う今日を迎えた。日頃の行いが良かったためか、写真のように快晴な絶好のラウンド日和だった。



(out ; NO-1)

(ラウンド中の動画より)

前段で由緒ある相模原ゴルフクラブの説明をさせて貰ったが、由緒あるゴルフ場の多くには、ドレスコードとなるものが存在する。ゴルフ場へ行くにはジャケット着、また、ラウンド時のウェアは、他のプレイヤーが不愉快にならない、色・柄・形などの縛りがある。やはりゴルフは紳士のスポーツだから仕方ないのか。

以前、私が投稿した「逍遥」でド派手なウェアでラウンドを楽しんでいるエンジョイゴルファーの自分には、ドレスコードを満たしてくれるウェアは、ダンスの中には存在しない。それに気づき「あちゃー！」と吐き、友人に連絡しパンツだけを借りてラウンドをすることにした。

ラウンドが始まり、「素晴らしい！」・・・何が？芝の管理が素晴らしい。例えて言えば、毛足の長いジュータンの上を歩いている様で、フアフア感は、今までラウンドしたコースでは、味わった事が無い感覚だった。18ホールを完全歩きでラウンド、今まで経験したことが無く初体験。このフアフア感と強い日差しを浴びながらラウンドが出来た。ここに連れてきてくれた hall in one 達成者へ感謝です。



『更年期障害について』

～女性だけじゃない、男性に多い症状とは？～



アンリツ株式会社
産業医 柳下 桜

更年期は誰にも訪れる体の転換期です。そして更年期障害とは、更年期に現れる様々な症状によって日常生活に支障が出る状態を指します。更年期障害は数年から、長いと10年程度続くことがあります。誰も起こりうる変化のため軽くとらえようとする人や、周りにその状態を話すことを躊躇し、理解してもらうことが難しいと感じ悩みを抱え込んでいる人もいます。

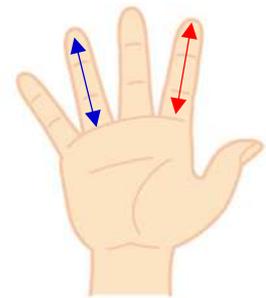
薬指が人差し指より長い人は男性ホルモンが多い？

テストステロンの量を正確に調べるには、血液や尿、精液で検査する必要がありますが、大体の傾向を見る簡単な方法があります。手の指を伸ばした状態で人差し指と薬指の長さを比べてみてください。

男性の場合、人差し指より薬指の方が長いのが普通ですが、この差が大きいほど（薬指が長いほど）テストステロンの量が多いという傾向があり、運動能力が高く理系の思考能力やリスクを恐れない傾向があるそうです。

テストステロンは『注意力』『素早い反応』『交渉力』『積極性』『公平性』『迅速な意思決定』など社会人として必要な要素と密接に関係しています。

ぜひ女性もチェックしてみてください。女性も少量ながら男性ホルモンを有していますので、ご自身の性格の傾向を理解できるかもしれません。



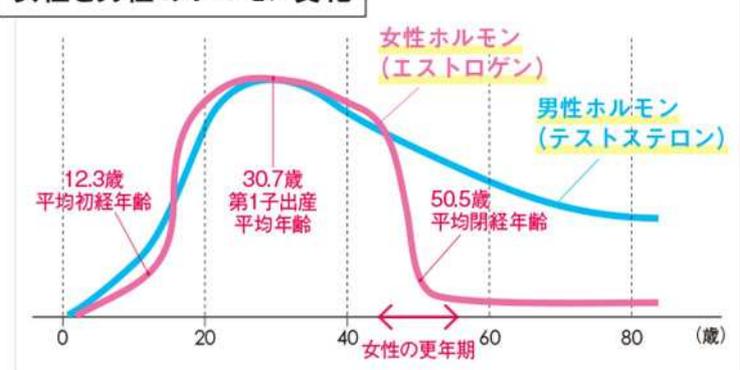
男性、女性ホルモンの変化

女性更年期は、閉経期前後の約10年間に卵巣ホルモンであるエストロゲンの分泌が急激に減少し、その頃に様々な症状が現れます。更年期障害の可能性があると考えている女性は40歳代で約3割、50歳代で4割と多くなっています。

一方、男性更年期はテストステロンの分泌が30歳以降で減少し始め、40歳代後半で症状が現れることがありますが、女性の場合と比べて分泌量の変化が穏やかです。

ですが睡眠不足、過緊張、運動不足が重なると男性ホルモンが急激に減るため、更年期の症状が年齢よりも早く出る人がいます。

女性と男性のホルモン変化



更年期障害の症状が発生する3つの要因



更年期障害の症状

血管運動神経系の症状
顔のほてり、のぼせ、発汗、むくみなど

身体症状
易疲労感、めまい、動悸、頭痛、肩こり、足腰の冷え、関節痛など

精神症状
不眠、イライラ、不安感、抑うつ気分など

更年期障害の症状は「男性/女性ホルモンの低下」「生活環境（ストレス）」「その人の生活」の3つの要因により発生します。そのために症状は多彩で個々で大きく異なります。

更年期障害の症状は、上図にある「血管運動神経系の症状」「身体症状」「精神症状」のほかに皮膚の症状（皮膚の乾燥や粘膜の不快感）、消化器症状（胃もたれ、胃痛）、泌尿器科系症状（頻尿、繰り返す膀胱炎、勃起能・性欲の低下）などがあります。男性では、気力、筋力や勢力の低下が著しく、“朝起きられない”“疲れが取れない”“会社に行きたくない”この3つを口に出したら、典型的な男性更年期のつぶやきであるといわれています。

治療が必要なケースとは

中には、がんの治療などによって想定されるよりも早い年齢で更年期障害の症状が出ることもあります。症状の出方、重症度は人それぞれです。日常生活を見直すことで改善する人もいれば、治療が必要な人もいます。更年期障害は病気ではないと軽く考えず、仕事や日常生活に支障が出ている時は、治療を開始することをお勧めします。どれくらいの症状が治療を必要とするか更年期障害チェックを使って判定してみるとよいでしょう。

女性の場合：女性更年期セルフチェック https://w-health.jp/self_check/self_check_02/

男性の場合：男性更年期セルフチェック（LOH症候群） <https://ims.gr.jp/gscenter/search/loh.html>

更年期障害を少しでも軽くするために

更年期障害が発生する時期は、職場での責任が大きくなって精神的に負荷がかかり、両親の介護の懸念、子供の反抗期や進路などの悩みなど、さまざまな不安を抱えストレスがかかりやすい時期です。周囲や想定されるライフイベント、自身の性格を変えることは簡単にはできませんが、自分の生活スタイルや行動を整えることは比較的簡単にできます。例として、

- ・睡眠の確保を優先する（7～8時間が目安）
- ・日々の生活に運動を取り入れる（散歩、ストレッチなど軽い運動から）
- ・健康的な食生活をする（朝食をとる、エナジードリンクや栄養食品でごまかさない）

若いころの生活スタイル、リズムを今もできると思わないようにしましょう。若い頃と違い経験や知恵があるので妥協できなくなることも、体力や身体が衰え始めている現在とのギャップを大きくさせる要因です。自分の心身の状態を的確に把握し、変化に柔軟に対応できるように、余裕のある生活を心がけましょう。

【参考資料】

内閣府 HP 男女共同参画白書 平成30年版

厚生労働省 生活習慣病予防のための健康情報サイト e-ヘルスネット



『悩ましい』

労働衛生部会
島田 正由

生きてると悩ましく理解しがたい事が数多くある。

自治会では、可燃物（生ゴミ）は、備え付けのネット状のカゴを組み立てて捨てるルールがある。回収当日の朝、一番初めに捨てるにきた住人がカゴを組み立てるルールもある。

しかし、カゴを組み立てずにゴミを放置していく自治会員がいる。カラス被害対策として共同で購入したカゴを使わなければ、再びカラスの被害に遭ってしまう。やはり勘の鋭いカラスは直ぐにやってきてルールを守らない会員のゴミを荒らし放題である。



有志が片付け清掃を行うが、違反行為をそのまま見過ごすことはできない。

丁度組長であったので、回覧板にカゴの組み立てをお願いする文書を作成し回覧した。

違反行為を目撃しているので名前を書きだしたいところをグッとこらえて刺激の無いように文面を工夫し気を使って作成した。

（気を使って欲しいのはこちらである。）

効果があることを願ったが、先週また同一人物が生ゴミをそのまま放置していった。ベランダで作業をしていた私にその行為は丸見えだった。声を大にして呼び掛けたかったが、グッとこらえた。悩ましい。あー悩ましい。

組内だけで解決出来そうにないので、自治会幹部に相談をした。早速、来月の組長役員会議で取り上げられる事になった。

来月は五月。五月晴れとなるか期待したい。

末筆になりましたが、私の文章にお付き合い頂き有り難うございました。

五月晴れ、皆様どうぞお健やかに過ごしてください。

ご安全に！

支部からのお知らせ

今後の行事予定

- 6月 5日（水）全国安全週間県央地区推進大会（海老名市文化会館）
 - 6月 12日（水）・13日（木）職長教育講習会
 - 6月 13日（木）リスクアセスメント研修会
 - 6月 19日（水）階層別KYT講習会（一般層向け）
 - 6月 26日（水）・27日（木）安全衛生推進者養成講習会
 - 7月 2日（火）産業保健研修会
 - 7月 4日（木）安全管理者選任時研修
 - 7月 9日（火）保護具着用管理責任者選任時研修
 - 7月 11日（木）化学物質管理者選任のための研修
 - 7月 18日（木）階層別KYT講習会（管理監督者向け）
 - 7月 25日（木）フルハーネス型墜落制止用器具特別教育
- *行事・講習会等の最新情報は厚木支部HPをご覧ください。