

県南さんぽだより 第31号

発行所 茨城県南地域産業保健センター TEL 0297-79-1066 FAX 0297-79-1068 発行人 大西 慶造
ホームページアドレス <http://www.intio.or.jp/m-sanpo/>

「上司、汝の名はストレス」

龍ヶ崎労働基準監督署

署長 佐川 正孝



生物学的には適度なストレスは必要なのだそうです。なるほど、どうでもいいやと走ってはいつまでたってもライオンは獲物に追いつけません。それでは生存にかかわる。人間の場合も同じなのでしょう。何をやるにしてもある程度の緊張感がなければいい結果は生みだせません。ただし適度ということがストレスの条件です。過度になればこれはこれで生存にかかわる。

そのストレスは私にも当然あります。生活や仕事の中に大小みつくりそれはそれはたくさんある。それらの一つが何といっても人です。怒鳴る、責める、脅す、嫌がらせをするそんな外の人。そして、ごくごくたまに手に負えない内の人。しかも、そんな人がもし上司になってしまったら。上司というだけでもストレスなのに、過度にならないはずがありません。サラリーマンの宿命だ、ひたすら耐えよ、奉仕せよ、そのうち異動でいなくなる、ではとても済ませてられない。

と書くのも、実は私にもそんな経験があるからです。サラリーマンだから当たり前。でも、あの時は自分なりの瀬戸際だったとも思えます。簡単にその時のことを思いつくままに並べてみると、

- ① 先ず、知らない土地、初めての職場への引越しや異動、昇格、馴染のない仕事などが重なった、
- ② 次に、業務過多の状態になり、今でいう過重労働に陥った、
- ③ そして、全方位から槍を投げつけられているような気分になってそれが続いた、
- ④ しかも、最も強力なストレスサーとして上司の存在があった。この上司とは肌が合わず、かつ間合い、コミュニケーションの取り方さえ見つけられなかった、
- ⑤ さらに、この上司から、何の指導・助言もないまま、決裁書類を机に叩きつけられる、怒鳴られる、「お前には光るものがない」、「事務処理能力がない」、「もっとまじな奴を下に就けて欲しかった」、「失望した」というようなことを面前でいわれることがあった、

⑥ しかしながら、私は、しばらくの間この上司に対して特に反論や意見をすることもなく、できず、受身の状態に終始した、

⑦ それでも、相談できる一部の同僚はいたが、担当する仕事の違い、業務の分散・分担は困難でもあって、孤立無援感というものに苛まれ、かつそれが進行した、

⑧ 加えて、当時どこかに支援を求める、相談するといった発想が浮かばず、また実際、組織上の緩和機能も今とは違い十分ではなかった、

⑨ すると、やがて、睡眠が浅い、目覚めても出勤するのに気が重い、顔や背中の一部に皮膚炎が生ずる、休みになると決って下痢をするというようになった。

さすがに自分でもこれは少し変だと気づきました。しかし結局それ以上には悪化しなかった。仕事量はいつこうに改善されなかったものの、上司要因が軽減されたからということがおそらくその理由です。別に仲良しになったわけではありません。体の変調について自分なりに考えた末、「仕方がない。こんな仕事は辞めてやる。ただし上司も一緒にお辞めいただく。」と良くいえば腹をくくったから、ありきたりにいえば開き直った、少し自分をずらしたからということでした。そう決めた上で上司とのやり取りの場というものがありません。こちらの内容の方が実は重要かとも思われますが、差し障りがあってそれをここに書くことはできません。いずれにしても、上司はその後変わり、つまりそれまでのような態度はとらなくなって、やがて他に異動していきました。

そんな昔から今に戻っても、上司、同僚、その他からのハラスメント、いじめ・嫌がらせで苦しんでいる、悩んでいるという労働相談が少なからずあります。する側にもそうせざるを得ない事情があったり、あるいはやはりストレスをかかえていたりしているのかも知れません。また、確かに、仕事を進めていく上でやむを得ずということもあるでしょう。でも、人を傷つけてよいとする理由にはなりません。人の身体を傷つけ

れば傷害です。なら、心を傷つけるのも同じだろうと思います。

厳しい指導や対応も必要な時には必要です。だからこそ、そんな時には片方の手を残して、サポートやフォローのために使って欲しい。そんな手がどこからか出てきてくれたら、当時の私もどれだけ救われていたことか。少なくとも、件の上司を思い出すたび、今もって「あの野郎」と呼ぶようなことにはなっていないかと思えます。

【茨城県竜ヶ崎保健所から】

●保健所における新型インフルエンザ対応の現状と今後の医療体制について

アメリカ大陸で発生した豚由来新型インフルエンザ(H1N1)は、本年4月23日に初めて人への感染事例が報告されました。それに伴って、茨城県においても4月26日に発熱相談センターが県庁保健予防課及び県内12の全保健所に設置され、発熱患者及び家族からの電話相談に応じてきました。発生当初はウィルスの国内侵入を阻止するべく検疫体制を強化し、保健所においても入国者に対して電話等により、発熱等の症状が出ていないかといった健康観察を実施してきました。また、県内13ヶ所の感染症指定医療機関等をはじめ、各市町村に概ね1ヶ所の発熱外来の整備に努めてまいりました。

しかし、5月16日に国内初の患者が発生して以降、患者数は急激に増加し、発熱外来のみでは患者の受け入れが実質的に不可能となったことと、ウィルスが強毒性であるという当初の想定とは異なり、大部分が軽症患者であることから、6月19日に国の新型インフルエンザ運用指針が改定され、7月24日からは原則として全ての医療機関で新型も含めたインフルエンザ様症状の患者を診察することとなりました。

これまで、新型インフルエンザを発症した患者は原則として入院ということになっていましたが、秋冬以降に想定される大流行に備えて、軽症者は自宅療養としました。幸い、現在のところ重症者はほとんど出ておりませんが、特に慢性呼吸器疾患、糖尿病、腎機能障害等の方や妊婦、幼児、高齢者等の方については重症化する可能性もあります。

事業所の皆様におかれましては、従業員の方の健康管理を徹底していただくとともに、熱、咳、鼻水、くしゃみといった症状が出た場合には速やかに医療機関を受診させ、感染が確認された場合には休暇を取得させたいと、患者の濃厚接触者については外出の自粛に御協力いただけるようお願い致します。

また、受診の際には必ず医療機関に対して事前に連絡のうえ、マスクを付けて受診させてください。

【県南地域産業保健センターから】

●日本人の平均寿命は過去最高

女性は世界1位 (2009/07/17)

厚生労働省は、2008年の簡易生命表を公表した。2008年の日本人の平均寿命は男性が79.29歳、女性は86.05歳で、前年をそれぞれ0.10歳、0.06歳上回り、男女とも過去最高を更新した。女性は24年続けて世界でもっとも長寿で、男性は4位になった。

●メタボ健診、初年度の受診率35.9%

(2009/07/16)

生活習慣病につながるメタボリックシンドロームの特定健診(メタボ健診)制度で、平成20年度の受診率が35.9%(速報値)にとどまったことが15日、国民健康保険中央会などの集計で明らかになった。同年度は制度初年度に当たり、厚生労働省は、5年目の受診率を70%と設定しているが、目標の半分程度しか達成できなかった。

【平成21年度下半期行事日程】

●平成21年度 竜ヶ崎地区全国労働衛生週間準備 打合せ会開催 9月15日(火)

特別講演：テーマ「(仮) 新型インフルエンザへの対応」について

龍ヶ崎市文化会館小ホール、会場隣接で県南地域産業保健センター健康管理イベントは血管年齢測定・移動健康相談(貴社従業員の健康相談も同時実施、当日担当医は野村先生)・体脂肪測定・血圧測定

●平成21年度 労働衛生管理者セミナー

開催日・場所：11月5日(木) 午後より

たつのごアリーナ多目的室

主催：健康づくり対策連絡会・

県南地域産業保健センター共催

講演：テーマ 未定

講師：流通経済大学 法学部 大場敏彦先生

●龍ヶ崎市役所公開保健相談コーナー

(無料相談会) (各午後3時～5時)

- ・8月27日(木) 衆議院選挙期日前投票があり中止
- ・9月29日(火) 山村邦男先生
- ・10月30日(金) 五十嵐栄治先生
- ・11月24日(火) 細井大二先生
- ・12月18日(金) 五十嵐栄治先生

(社) 竜ヶ崎労働基準協会からのお知らせ
検診車による健康診断をご希望の事業場には、当協会でご相談ください。
お申し込みは、電話 0297(62)7923