

県南さんぽだより 第33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/>

「ワーク・ライフ・バランス(仕事と生活の調和)を考える」

…仕事を終えたらすぐに帰宅する「GHQ(Go Home Quickly)」を実践しよう…

(社)竜ヶ崎労働基準協会副会長理事、(社)茨城労働基準協会連合会理事 長谷川 俊文



一昨年来、皆さんはワーク・ライフ・バランス（仕事と生活の調和）の取組みについてお話を聞いて、所属する企業や事業所でワーク・ライフ・バランスを既に推進してる方もおられるかと思えます。

いま何故仕事と生活の調和が必要とされるのでしょうか。それは、現実の社会には、

- ・安定した仕事に就けない、経済的に自立できない
- ・仕事に追われ、心身の疲れから健康を害しかねない
- ・仕事と子育てなど家庭生活や老親の介護との両立が困難である

など仕事と生活の間で問題を抱えておる人が多いということです。

これらの課題を克服するため、平成12年末、「ライフ・ワーク・バランス（仕事と生活の調和）憲章」が策定され、官民一体となってその実現にむけて取り組むことになりました。

一昨年から（社）全国労働基準関係団体連合会茨城県支部が、厚生労働省より「ライフ・ワーク・バランス事業」を受託して、仕事と生活の調和推進モデル事業所を募る、推進のための事業所診断サービス、セミナーやシンポジウムなどに取り組んできました。

これらの取り組み状況の把握、結果の検証や地域の好事例などの取りまとめを行う「事業検証委員会」が、上記茨城県支部に設置されて、2年間にわたり私は微力ながらも検証委員会の委員長を担いました。仕事と生活の調和をはかる社会的気運を醸成する事業の取り組みを検証していく過程で、私なりに感じたことを述べてみたいと思います。

安定した仕事は、生活を支えて生きがいや喜びをもたらす。また、家事、子育て、地域社会との付き合いなどの生活も欠かすことができないものであります。

しかしながら仕事と個人の生活のどちらか一方を犠牲にせず、どちらもバランスよく満足させることが、今日の社会で大変困難な状況にあると痛切に思われます。

国内外における企業間競争の激化、長期にわたる経済低迷、産業構造の変化などにより、生活不安を抱える非正規雇用従業員が増加する一方で、正社員の長時間労働がいっこうに改善せず、サービス残業など長時間労働を強いられる企業環境であります。

長時間労働によると思われる従業員の心身の健康障害や過労死の増加は、本当に憂慮される問題であります。企業や事業所でトップから一般の従業員にいたるまで、全ての人が、仕事と生活の調和をはかる上で、最も意識されるべきは働く一人ひとりの健康であると思えます。

私が定年まで勤めた会社では、昭和38年、私が入社した以前から今日いたるまで、社員の行動指針の一つに健康第一主義を掲げております。

会社創業社長（後に会長）が、医師出身でしたので、社員一人ひとりの健康が最も大切であり、健康で仕事ができなければならないと思われたからです。当時、会社は日本企業ではいち早く隔週5日制（段階的に数年で完全5日制）を実施して、仕事を終えたらすぐに帰宅する「GHQ (Go Home Quickly) 運動」を全社的に展開しており、今日まで継続しております。

週6日要する仕事を能率よく週5日間でやり、また一日の仕事を終業時刻までに完了して、直ちに帰宅することにより、週末と就業日の帰宅後に、十分に休養する時間をとり家族とゆとりを持って過ごすことを、社長自ら実践して社員に奨励しました。

私が9年余り秘書役として仕えた、会社中興経営者

として称えられるK社長（後に会長）は、大変多忙でしたが、よほどのことでない限り、終業時までにはトップ経営者の仕事を済ませて、終業後速やかに退社をしました。トップ経営者が仕事を終えてすぐに帰宅されましたので、秘書役の私も早い時間に帰宅できました。トップ経営者が率先してGHQ（Go Home Quickly）を実行されたことを、いまでも感謝しております。

私と同期入社 of I 君は、新入社員の時から社員としての晩節（不治の病で定年目前に逝去）まで、経理と企画部門に勤務し、大変忙しい時期に同僚が残業を余儀なくされておっても、定時には自分の仕事を終えて独り退社しました。当時も今日でも、職場の同僚が残業をせざるを得ない時に、自分だけ先に帰宅することは、なかなか勇気があることです。欧米流の仕事や考えを持つ I 君は、前記のGHQを実行して自分のプライベートな時間を大切にしました。

仕事と生活の調和の実現は、経営トップがリーダーシップをもって自らが率先して取組み実践するとともに、企業で働く従業員一人ひとりが目標を定め勇気をもって行動することが、最も大切ではないでしょうか。茨城県でも数年以前から業務上疾病（休業4日以上）が増加傾向、定期健康診断検査項目別（血中脂質、血圧、血糖検査）の有所見率が上昇傾向にあると聞いております。

長時間の過重労働による疾病の発症や健康障害を予防するためにも、企業等で働く皆さん一人ひとりが身近な課題として、仕事と生活の調和の実現にむけての取組のひとつとして、仕事を終えたらすぐに帰宅する「GHQ（Go Home Quickly）」を実践されて、長く働くことを可能にする健康維持に努めることが最も大切であると思います。 以上

【竜ヶ崎地方事業所健康づくり対策連絡会から】

●平成22年度竜ヶ崎地方事業所健康づくり対策連絡会通常総会開催案内

日時：平成22年6月8日（火）午後0時30分から
場所：竜ヶ崎市文化会館 和室

【県南地域産業保健センターから】

**●定期健康診断における胸部エックス線検査等の対象者の見直しに関する改正について
～平成22年4月1日施行～ 労働安全衛生法に基づく**

○労働安全衛生法に基づく定期健康診断における胸部エックス線検査等に関する規定が改正されました。

○胸部エックス線検査については、従来、原則すべての方に実施が義務付けられていましたが、下記のとおり、見直しを行いました。

胸部エックス線検査の対象者の見直し内容

○40歳以上の方→全員に実施

○40歳未満の方→以下のア～ウ以外の方で、医師が必要でないと認めるときは、省略することができます。

ア 5歳毎の節目年齢（20歳、25歳、30歳及び35歳）の方

イ 感染症法で結核に係る定期の健康診断の対象とされている施設等で働かれている方

ウ じん肺法で3年に1回のじん肺健康診断の対象とされている方

●平成22年度上期行事日程

- ・6月8日（火） 龍ヶ崎文化会館13時30分～
竜ヶ崎地区全国安全週間準備打合せ会
県南地域産業保健センター健康管理イベントは12時から保健相談会（従業員の健康管理等）当日の相談員：五十嵐栄治先生・アルコールパッチテスト（アルコールの代謝が簡単にわかるパッチテスト —あなたの体質は？—）・血圧・体脂肪測定等
- ・6月下旬（日程未定） 産業看護職等研修会
- ・9月10日（金） 竜ヶ崎地区全国労働衛生週間準備打合せ会

●龍ヶ崎市役所公開保健相談コーナー（無料相談会）

平成22年（各午後3時～5時）

- ・5月28日（金） いがらしクリニック 五十嵐栄治先生
- ・6月25日（金） 細井クリニック 細井 大二先生
- ・7月29日（木） 野村医院 野村 隆二先生
- ・8月25日（水） 飯泉医院 飯泉 成司先生
- ・9月30日（木） 河合医院 河合 清先生

（社）竜ヶ崎労働基準協会からのお知らせ

・事務局長が小林義則と交替致します。長い間ご指導頂きましてありがとうございました。今後は私同様、小林義則を引き続きご指導とご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。 輿水正雄より
電話 0297（62）7923