県南さんぽだより　第39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/

「サッカー少年から教えられてる大切なモノ！」

大和ハウス工業（株）　竜ケ崎工場　安全管理者　安　達　典　明

私が安全管理に関る業務に就いて5年半。社内はもとより、竜ヶ崎労働基準協会の活動を通し知遇を得た諸先輩のご指導に導かれ、何とか一人前の安全管理者になれたかなと自負し始めた頃に、1番の指南役でもある大先輩から「原稿を書け！」との言葉。何を書けば良いのか？と思案しつつも、「俺のストレス解消法で健康維持の源泉である」子供たちとのサッカーの関りを書くか！に行き着いてしまいました。

お酒が大好きで、煙草も止められない意志薄弱な私が、今のところ病気の気配も無く元気で仕事を続けていられるのは、週末に子供たちと一緒にボールを追いかけているおかげかな、と心底思えるからです。

私が藤代に住んで3年が過ぎ、自治会行事等で地域の交友も築けてきた1990年の冬に「地域の少年サッカーチームを創設したいからコーチとして参加してよ」と声が掛かりました。そして、Jリーグ創設の3年前、長男が小学校2年生になる4月にサッカー少年団「宮和田FC」が発足。途中、転勤した札幌でも次男の縁で続けていた5年間も含め足掛け22年、よく続いたもんだなと思う反面、指導者としてはまだまだ、と思い知らされる日々です。発足当初の団員130人が、少子化で今では80人ほどに減少した小学1年生から6年生の子供たちに接し、試行錯誤の繰返しで、私も少しは成長させてもらったのかなと子供たちやチームに感謝しています。

20年以上も指導してきてやっと「子供たちに接するとはこういう事か！」と感触を得てきました。試合では怒らずに褒める。そして教え過ぎず自分たちで考えさせ、ゲームの中で互いにコーチングさせる。現在、監督としてチームの指導方針に掲げているこの心境を得るのに何年費やしたことか。結果的には、まさしく子供たちに教えられていたんですね。なんと飲み込みの遅い、デキの悪い生徒だった事かと恥じ入るばかりです。

安全管理の指導でも一緒かなと思うところが多々あります。怒っても浸透しません。微細にわたり教えては自分で考え、行動する気構え、探し出す目が無くなります。かといって中途半端な教育だと誤った知識となり不安全行動に直結する。そこのさじ加減が難しい。学校の先生はこの難しい作業を己の生業とし、毎日毎日、繰返し繰返し継続しているんだよなぁ～と心から尊敬してしまいます。

せっかく掴みかけた極意をここで離してなるものかと、もう少し続けようと思っています。自分の判定基準では高学年（6、5年生）の20分ハーフの試合の審判をこなせるなら続行、足がもつれてドリブルしてる子供に追いつけなかったら引き際と覚悟していますが、コーチ仲間からはこの2月に誕生した初孫（長男の息子）がチームに入るまでは続けろ！とバッハを掛けられ、何故かその気になってきています。孫をチームで指導するなんて、想像しただけでワクワクしてきます。

身体は多少動けなくても、口を動かせれば指導はできるなんて、なんとも身勝手で子供たちからするとはた迷惑な論理をかざして己を鼓舞している醜さに呆れながら（苦笑）。勝てば祝勝会、負けても残念会と称してグラスを傾けている週末の至極の時も、夢の実現のためには少し自重しようとガラにもない事を考え始めている自分が不思議でなりません。

そんな折、草稿に思案していた3月末、卒業以来37年間、欠かさず1泊での忘年会を続けてきた高専時代の15人の仲間の1人が癌との闘病に敗れ他界しました。3年前にも癌で1人‥。これも厳しくて寂しい現実です。少しでも永く子供たちの笑顔に接し続け、鋭気をもらい続け、そのパワーで災害のない

活気のある職場の形成にお役に立てれば「わが少年サッカー人生に悔いはなし」そして「厳しい寂しい現実から逃避」の場として活用し続けていこうと勝手に思い込み邁進していこうと思っています。

【茨城県竜ヶ崎保健所から】
つながる“わ”・ささえる“わ”茨城のいのちの絆

茨城県竜ヶ崎保健所　所長　本多めぐみ

年間3万人、という自殺者数についてはよく耳にするようになったかと思います。

平成23年の自殺者数は、月別では4～6月にかけて前年を上回り、特に5月は対前年592人増（21%増）と急増しました。東日本大震災による影響が懸念されましたが、その後は落ち着き、最終的には、30,651人と前年に1,039人減、平成10年以来14年連続で3万人を超えたものの、31,000人を下回ったのは、実に14年ぶりです。茨城県においては703人、前年は756人ですので、全国と同様の傾向です。

年齢別では、20代が3,000人、30代が4,000人、40、50、60代がいずれも5,000人台になっており、働き盛りの年代に多く見られていることが一つの特徴です。

茨城県が自殺対策に本腰を入れ始めたのは、平成21年秋の、国の自殺対策緊急強化事業の開始からです。相談支援体制の強化・人材養成・普及啓発等を行っております。また各市町においても、心の健康づくりカレンダーを作成したり、こころの健康をＨＰでチェックしたり、いのちと心の相談会を開催したり、とそれぞれ独自の取り組みがなされています。

昨年3月の自殺対策強化月間には、守谷市のご協力の下で、つながる“わ”・ささえる“わ”いばらきいのちの絆キャンペーンを行い、自殺防止の普及啓発を行いました。また、人材養成では、専門職に対する研修の他、一般の方たちに対する地域ゲートキーパー（身近な人の自殺のサインに気づき、見守り、必要に応じて専門相談機関へつなぐなどの役割が期待される人）養成を行っています。

当保健所管内では、市町村窓口職員・民生委員・区長等を対象にした研修が計16回実施され，ゲートキーパーの養成を行ってきました。また理容生活衛生同業組合では髪と心のサポーターの養成研修が行われました。とはいえ、自殺者の多くが働き盛りの年齢です。職場、すなわち産業保健分野における自殺防止対策は、重要な鍵を握っているのです。その一つの手段として、皆様の職場におかれましても、身近なゲートキーパーの養成を進めていただければと思っています。

最後に自殺予防のための3つのポイントを改めてご紹介します。

1. 気づき；周りの人の悩みに気づき、耳を傾ける。
2. つなぎ；早めに専門家に相談するように促す。
3. 見守り；暖かく寄り添いながら、じっくりと見守る。

私たち一人一人がゲートキーパーとなって、身近な人とつながり、ささえあう社会を作りましょう。

【県南地域産業保健センターから】

●これからの行事予定

・龍ヶ崎地区全国安全週間準備打合せ会
日時：平成24年6月1日（金）13時30分～
場所：龍ヶ崎市文化会館小ホール
特別講演「気象台関係者による講演」
併催：県南地域産業保健センターの健康管理イベントは12時～保健相談会（従業員の健康管理、メンタルヘルス等）・血圧測定／無料特定健康相談（細井大二先生）

・6月下旬（日程未定）産業看護職等研修会
・9月6日（木）龍ヶ崎地区全国労働衛生週間準備打合せ会

●法令改正等

屋外で金属をアーク溶接する作業等が呼吸用保護具の使用対象になります。

平成24年4月1日より、粉じん障害防止規則及びじん肺法施行規則が改正されます。

これにより、屋外における岩石又は鉱物等の作業について、新たに以下のとおりの措置が必要になります。

屋外で金属をアーク溶接する作業について

・呼吸用保護具（防じんマスク）の使用
・休憩施設の設置
・じん肺健康診断の実施
・じん肺健康管理実施状況報告の提出

屋外で岩石・鉱物を裁断等する作業について

・呼吸用保護具（防じんマスク）の使用

呼吸用保護具の使用が必要な粉じん作業範囲の拡大

①金属をアーク溶接する作業を行う場合
②岩石ｅ鉱物を裁断等する作業を行う場合
粉じん作業の範囲の拡大

「屋外」で行うものまで粉じん作業の範囲が拡大され、休憩施設を設ける。屋外のみ常時アーク溶接行う事業所においても定期的なじん肺健康診断の実施とじん肺健康管理状況報告の提出が必要となります。

○詳細については厚生労働省ホームページをご覧ください。