

安全・衛生 — じゃーなる — Journal

95

2013. 8・9

〒060-0004 札幌市中央区北4条西12丁目 ほくろウビル4F TEL011-272-8855 FAX011-272-8880 ■発行責任者：松浦 俊一



10月1日～7日は全国労働衛生週間です

健康管理 進める 広げる 職場から



全国労働衛生週間は、今年で第64回を迎えます。我が国における業務上疾病の被災者は長期的には減少してきたものの近年は横ばいとなっており、昨年は前年からわずかに減少した一方、一般定期健康診断の結果何らかの所見を有する労働者の割合が平成24年は52.7%と職場での健康リスクは依然として存在していることから、労働者の健康診断の実施を徹底し、健診結果に基づく保健指導や事後措置を適切に実施していくことが重要となっています。

また、我が国の自殺者は15年ぶりに3万人を下回りましたが、約2,500人が勤務問題を原因・動機の一つとしていること、メンタルヘルス上の理由により休業又は退職する労働者がいること、精神障害等による労災認定件数が前年比約1.5倍となり過去最高を記録したこと等から、職場におけるメンタルヘルス対策の取組は依然として重要な課題となっています。

さらに、印刷事業場において化学物質を使用していた労働者に、高い頻度で胆管がんが発生していた事案が判明し、このような化学物質による健康障害等の防止のため、印刷事業場に限らず、化学物質を取り扱うすべての事業場において、安全データシート（SDS）等を通じて入手した危険有害性等の情報に基づくリスクアセスメントや、ばく露防止対策の実施等、職場における自律的な化学物質管理の徹底が改めて課題となっています。

今年は、平成25年度から平成29年度までの5か年を計画期間とする第12次労働災害防止計画がスタートしました。そのスタートとなる今年度の全国労働衛生週間は、「健康管理 進める 広げる 職場から」をスローガンとして、事業場における労働衛生意識の高揚を図るとともに、自主的な労働衛生管理活動の一層の促進を図ることとされています。

全国労働衛生週間中に実施する事項としては、「事業者又は総括安全衛生管理者による職場巡視」を中心に、労働衛生旗の掲揚及びスローガン等の掲示、労働衛生に関する優良職場、功績者等の表彰、有害物の漏えい事故、酸素欠乏症等による事故等緊急時の災害を想定した実地訓練等の実施、労働衛生に関する講習会・見学会等の開催など労働衛生の意識高揚のための行事等の実施となっています。

全道で労働衛生のレベルを向上させるため、活動に取り組みましょう。



世界自殺予防デー 札幌駅前朝の街頭宣伝

若者の命を守りたい！職場の悩みを聞きます



「9.10世界自殺予防デー」と予防週間にあわせ、日本産業カウンセラー協会北海道支部と連合北海道が連携して「はたらく人の電話相談」を9月10～12日に実施し、その周知をはかる街頭宣伝を札幌駅前で行いました。

14年連続で自殺者が3万人を上回った事態は回避されましたが、いまだ多くの自殺者が後を絶ちません。北海道でも2008年（H20年）のリーマンショックの1,726人をピークに、昨年は1,296人まで減少しましたが、30代・40代の若い世代で増加し、いまだ毎日4人弱の自殺者が出ています。職場における過剰な競争や人格を否定するようなハラスメントの横行、将来への不安や長時間労働などに起因するメンタルヘルス問題があらゆる職場にまん延していることや、雇用不安が大きな原因と指摘されています。根本的な働き方の見直しなど、社会全体の最優先課題として自殺防止に取り組まなければなりません。

なお、NPOライフリンクの資料によると、正社員や公務員の25%が、配置転換や昇進などの環境変化が出發要因となっていたこと。自殺者の7割は行政や医療機関に何らかの相談をしていたこと。女性の多くには自殺未遂歴があったこと。遺族の6割は何らかのサインがあったと思うが、その時点（サイン発出時）では1割が自殺サインと感じたとなっています。このことから、私たちが日常で「異変」に気がつき、その心の暗闇を察知して、その人の悩みに共感を示すことができれば、さらに多くに命を救うことが可能であるといえます。

ちなみに、直前のサインとは、①感情が不安定で爆発しやすい、②深刻な絶望感や孤独感や自責感を口にする、③不自然なほど明るく振る舞う、④投げやりな態度や周囲のサポートを拒絶する、⑤突然の失踪や放浪、特に自殺サイトを見ているなどの準備が認められる、などとなっています。（厚生労働省 自殺の予防と対処）危険と感じたら、強制的な入院や失踪の場合は自分で探すと同時に行政（警察など）への報知が必要です。

なお、この3日間に18件の相談が寄せられ、産業カウンセラーが丁寧に対応しました。



「ブラック企業」への対策強める

若者の「使い捨て」が疑われる企業電話相談

厚生労働省は9月1日に表記の電話相談を実施し、1日で1,042件の相談が寄せられました。主な相談内容は①賃金不払い（53.4%）、②長時間労働・過重労働（39.7%）、③パワーハラスメント（15.6%）となっており、今後の対応としては、「非常に酷い案件に関しては、例えば賃金の不払い等々に関しては指導をしていく。指導を聞かなかつたり、また重ねて指導した後も行うような企業に関しては、最終的には送検まで含めて対応し

<メンタルひとくち講座> 飲み会の幹事

マネジメント能力を推し量るのにつけなのは飲み会の幹事ができるかどうかという話があります。それは、飲み会が「会の目的にあった会場選択」、「参加者が納得できる参加費」、「開始・終了時刻の設定」、「アクシデント（飲み過ぎなど）への対応」を見ると、その能力を見ることができます。逆に言うと、上司に試されていることにもなります。

特にアクシデント（時間通りにこない、飲み過ぎて動けない、時刻を過ぎても腰を上げない）への対応や、そのために同僚や先輩を幹事として動かすことは、日頃の業務のマネジメント能力を計ることにピッタリです。

ていく。当然名前の公表ということにもなる。併せてそういう使い捨てをしている企業で悩みを抱える若い労働者に対して労働法制を含めて周知をしていかなければならない。来年度予算で夜間休日相談が受け付けられるように労働条件相談ダイヤルを設置、また若者ハローワーク等への在職者向け相談窓口を設置していきたい。」とまとめています。なお、この相談以後は道内17カ所の労働基準監督署、および以下の厚生労働省のメールでも受け付けることとなっています。

※労働相談メール（厚生労働省） https://www-secure.mhlw.go.jp/getmail/roudoukijun_getmail.html



愛着という問題について考えます その2

「安全基地」が愛着とその後を左右する

前は、愛着の重要性や形成時期と選択性についてでしたが、今回はそれがうまくいったときと、いかなかったときについて、考えます。

愛着がよく形成されると、その絆は半永久的に持続するそうです。この絆による行動は「愛着行動（J・ボウルビィ）」と言います。よくあるのは、子どもが「ママ」「お母さん」と泣いて求めることですが、アニメの「母をたずねて三千里」のマルコ少年のように、距離や時間をものともせず愛着の対象を求める行動となるほど強いものです。それに感動するのは、見る側にも愛着が確立されているからだと思われます。斎藤茂吉の歌集「赤光」や遠藤周作のエピソード（遠藤順子著作）は、母への思いの強さを知らせます。

一方、その形成に失敗すると、傷がでたり脱愛着ということになります。例えば、死別や離別を経験した子どもは、まず現実を受け入れる前に「抵抗」を示し、次に抑うつ的な「絶望」となります。その状態で数ヶ月過ぎると、脱愛着として母親の記憶を封印するのだそうです。それは生き残るための子どもの知恵だと言うことです。子どもは保護者なしには生き残れないからです。

愛着を脅かすもう一つの状況は虐待・ネグレクトです。この状況では、子どもは親を求める感情と、恐れる感情の狭間で、ついには「自分が良くないから・・・」と自虐的感情に至るそうです。そうして自分の心を納得させることになります。この経験をした子どもは、大人になっても「親に認められたい」「愛されたい」という感情を引きずり、過度に気に入られようとしたり、困らせたり反発したりすることで、こだわり続けるようになるということです。

ここで、愛着に関するもう一つの概念が入ってきます。それは「安全基地（M. エインスワース）」です。1歳半頃までにきちんと母親という安全基地を築くことができた子どもは、少しずつ母親を離れることができるようになりますが、それは、何かあったときに母親が安全基地として機能してくれるからで、3歳ころにはさらに外界に出かけて好奇心を発揮することができるようになります。

一方、十分に機能する安全基地を持たない子どもは、知的興味や対人関係において無関心や消極的なことが多いといわれます。これは大人になっても同じで、安定した愛着を築いた大人は仕事でも対人関係でも積極的となりますが、そうでない場合は、外界のストレスに脆弱となり、精神疾患や依存症のリスクを抱えることとなります。ただし、「過保護」はむしろ牢獄と化してしまい、自立を遅らせることとなります。安全基地は必要なときに機能するためにあり、求めているときにしぼるものではないのです。

次に、子どもの愛着行動のパターンを知ることによって、大人の愛着スタイルを考えてみることになります。何が違うかというと、子どもは養育者が変わることや、養育者が同じでも接し方が変わることによって、つまり相手によって愛着スタイルが変わる可能性が大きく、しかもその対象がごく限定されていることから、子どもは愛着パターン、大人は愛着スタイルと区別するそうです。

それで、子どもの愛着行動のパターンですが、大きくは安定型（6割）と不安定型（4割）に分かれますが、不

安定型はさらに回避型（2割）、抵抗／両価型（1割）、混乱型（1割）に分かれます。

安定型は、安全基地（母親）が確保され、ストレスを感じたときに適度な愛着行動を起こします。

回避型は、安全基地を持たないため、ストレスを感じても愛着行動をおこさないタイプで、小さいころから養護施設等で育った子どもに多く見られます。大きくなると反抗や攻撃性が見られやすいといわれます。

抵抗／両価型は、母親の安全基地機能が十分でないため、離されると激しく抵抗しますが、再び母親が現れても容易に反応しない。しかしいったん再会するとなかなか離れようとしません。過剰的な愛着行動となります。親の態度の差が大きい場合や過干渉の場合が多く、不安障害のリスクが高くなります。

混乱型は、虐待を受けている場合や親が精神的に不安定の場合に見られやすいようです。安全基地が時に危険な場所になることで子ども自身が混乱していると言えるそうです。境界性パーソナリティ障害になりやすいといわれています。

このほか、子どもの愛着行動のパターンによって、子どもが生き延びるために補完的な行動をとることがあります。それは、統制型の愛着パターンと呼ばれますが、無関心や虐待など無秩序な状況に対し、子どもながら秩序をもたらそうとするコントロール行動です。その戦略は大きく三つに分かれます。

一つ目の支配的コントロールは、暴力や心理的優越により相手を思い通りに動かそうとすること。

二つ目は従属的コントロールで、支配的とは逆に相手の愛顧を得るために合わせたり気に入るように振る舞ったりします。しかし、これも結果的に相手を意のままにしようとする意味でコントロールです。

最後は、操作的コントロールで、支配的と従属的とを複雑に絡み合わせ、相手に強い心理的衝撃を与え、同情や共感や反発を引き起こすことによってコントロールしようとするもの。早ければ3歳（虐待を受けている場合など）から4歳くらいで、いずれも不安定な愛着を補完することでバランスを保つ意味があるそうです。

これまでは愛着のパターンというごく初期の問題を見てきました。しかし、この初期のパターンが7～8割はそのまま大人の愛着スタイルとなるといわれています。単純に考えると、子どもでは4割であった不安定型愛着が大人では、3～2割に減るとすると、いくらか大人になる間に改善すると言えそうですが、改善しなかった場合、どうなるのでしょうか。愛着障害として米国精神学会診断基準（DSM-IV-TR）にも示されている通り、例えば、誰にも愛着を示さない抑制性愛着障害は自閉症スペクトラムと見分けがつけがたく、発達障害のAD/HDと診断されることもしばしばといっています。

愛着問題は、世界大戦で親を失った子供たちの行動を調査して規定されてきましたが、その後の調査で、一般の子どもでも30%以上に愛着の問題が見られることがわかり、大人でも同様であるとなると、虐待やネグレクトがそんなに多い比率とは考えられず、その原因を探るうちに、現代が抱える様々な問題にかかわっているほか、対人関係や生き方の根幹に深く関わる問題と認識されるようになりました。

※ 光文社文庫に「愛着障害 子ども時代を引きずる人々」（著者 岡田尊司）という本があります。これを何回かに分けて要約します。

◎ この記事に関するご意見がありましたら、以下のメールにお願いします。

safety@rengo-hokkaido.gr.jp

はたらく人のストレス・メンタルヘルス電話相談
フリーダイヤルになりました

フリーダイヤル **0800 - 800 - 2585**

FAX 011-209-7011 E-mail hataraku.hokkaido@counselor.or.jp

産業カウンセラーが対応します