

安全・衛生 — じゃーなる — Journal

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

97
2013.11



厚労省健康調査と人間ドック全国集計から

定期健診の有所見41.7%

「労働者の健康状況、健康管理の推進状況等を把握し、労働者の健康確保対策、自主的な健康管理の推進等労働衛生行政運営の推進に資することを目的」に、昭和41年(1966年)からの5年毎に「労働者健康状況調査」が、全国10人以上の事業所から抽出で行われてきています。平成24年(2012年)は約1万社と1万人の労働者を集計した結果の概要が公表されました。

それによると、定期健康診断は調査企業の92%で実施されていますが、常用労働者の「有所見率」は平均で41.7%。産業別に多い順の1~3位は、電気・ガス・水道(63.3%)、鉱業(57.6%)、林業(52.8%)となっています。製造業も46.7%と平均より高めです。また、定期健診の受診率を雇用形態別に見ると、正規が93.5%に対し、正社員の3/4以上パート72.8%、1/2以上パート47.8%、1/2未満パート33.9%、派遣27.0%となり、非正規労働者の受診率が大きく下がっています。

時間外・休日労働の状況では、過去1か月間(平成24年10月1日~31日)における時間外・休日労働時間について、「月100時間を超える労働者がいた」事業所の割合は4.7%(前年7.6%)、「月80時間~100時間以下の労働者がいた」事業所の割合は9.6%(前年9.8%)、「月45時間~80時間以下の労働者がいた」事業所の割合は30.6%(前年28.4%)となっていますが、この長時間労働(月45時間を超える時間外労働)は全体の事業所の44.9%と半数近くになっています。しかも企業規模が大きくなるほど長時間労働の比率は上がり、大企業では8割近くが月45時間以上となっていることは大きな問題と指摘しなければなりません。また、義務化されている「月100時間超の時間外労働者」への産業医面接では、大企業でも6割ほどしか実施されていませんでした。

この調査では、このほか、メンタルヘルス対策、定期健康診断、受動喫煙について調査しています。定期健診の他に「人間ドック」の実施率は、28.1%の事業場となっていますが、これは大企業では8割を超えているものの、中小企業では25%ほどと企業規模により差が大きく出ています。産業別では、金融・保険、情報通信、電気・ガス・水道が6~8割実施していますが、医療介護、農林業、ホテル・飲食は2割以下で、がん予防や生活習慣病予防の観点からは、深夜勤務や交替勤務のある産業で実施することが望まれます。

この調査について、北海道労働局に、北海道の結果を問い合わせたところ、「本省直轄なので自分たちも知らない」という返答でした。資料は以下から <http://www.mhlw.go.jp/toukei/list/h24-46-50.html>

人間ドックでは「異常なし」が7.2%しか!

また、公益社団法人人間ドック学会が2012年に人間ドックを受けた316万人の受診者の結果を分析したものが公表され、「全く異常なし」と「軽度の異常なるも現状心配なし」をあわせた「異常なし」は7.2%となったということです。逆に言うと92.8%に生活習慣病につながる異常があったということになるわけですが、特に肝機能、高コレステロール、肥満が大きな問題であることと、耐糖能異常が近年急激に多くなっているようです。

この報告では、厚労省の調査とは違って、地域の特徴も分析していて、北海道はおおむね良好で、「中性脂肪」と「コレステロール」が平均値で、肥満、耐糖能異常、高血圧、肝機能では平均を下回っています。地方ブロッ

クで異常が多いのは、東北、東海・北陸、九州・沖縄の3ブロック地域でして、ほぼすべての項目が平均を上回っています。「異常なし率」で見ると北海道の男性は10.1%、女性は16.6%が「異常なし」となっており、これは他のブロック地域を大きく引き離す良好な結果となっています。今後も健康志向で、バランスの取れた食事や、食事時間をできるだけ一定に、軽い運動の習慣(15分程度を毎日)など、いっそう身体に気をつけましょう。

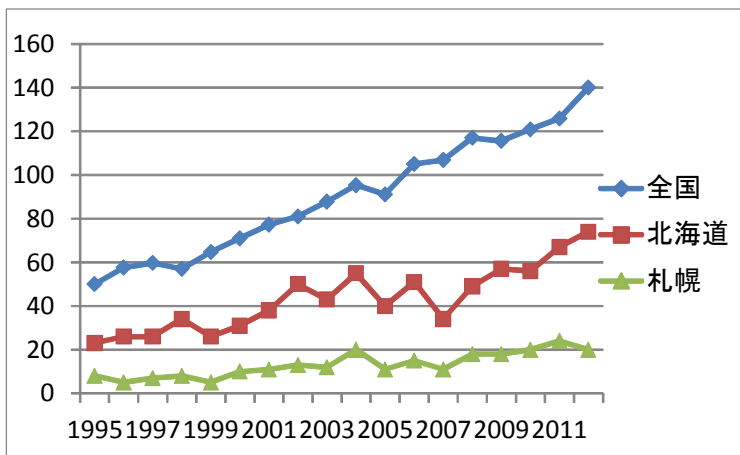
ただ、この報告でも指摘していることは、これら生活習慣病(予備軍も含め)が増大する根本には「ストレス社会」があるとしており、そのストレスの解消に偏食や過度の飲酒があるとともに、長時間労働が運動と睡眠の不足を招いていると分析していますが、これはまさに的を射た指摘でしょう。



アスベスト被害はこれからがピーク！

北海道の中皮腫死亡者は74名！

(下表の全国の数値は1/10に縮小しています)



全国労働安全衛生センターが集計した「中皮腫による死亡者の年次推移(1995(H7)~2012(H24))」では、北海道の2012年度死亡者が74名となり、確実に増加していることがわかりました。

このジャーナルでも何回か提起している通り、2005年、兵庫県尼崎市のクボタ工場の従業員アスベスト労災記事が、周辺住民にもアスベスト被害があることを公表し、全国的に社会的な大問題になりました。

アスベスト(石綿)については、70年代から発ガン性が指摘され、欧米ではアスベストからの撤退がはじまりましたが、日本では、完全使用禁止は2004年と相当遅れてしまいました。高度成長とともに多くの建材・製品にアスベストが成分として、あるいは、断熱・不燃対策物として、さらに、鉄骨など構造物の防錆・吹きつけ材として、住宅の断熱・配管の防露(結露防止)などとしても使用されてきました。学校で使われた昔のチョークはタルク(滑石)を成形したのですが、その中にもアスベストが混入していました。国内で消費されたアスベストの総量は1千万トンといわれています。

アスベスト、石綿は燃えませんが、分解することはありません。したがって、その1千万トンは、いまどこかに存在し続けています。そして、アスベスト・石綿を原因とする疾患は潜伏期間が40年以上と長いので、70年代のピークにアスベストに曝露した労働者が、中皮腫や原発性肺がんなどを発症するのはこれが

<メンタルひとくち講座> 言葉遣いは心の使い

良いコミュニケーションのためには、まずよい人間関係を築きたいと心で思うことが必要です。お客様を相手にしたときはもちろんですが、実は職場においても、ていねいな言葉(敬語)を用いるべきなのです。これできていない職場も多いものです。

職場のなかで、部下・後輩から上司・先輩には当たり前のように丁寧語が使われていますが、じゃあ、逆の場合はどうかというと、案外そうじゃないことが多いのですが、コミュニケーションは「学習」ですから、部下にとって上司は学習のためのお手本であり、普段から丁寧語で上司が接することにより、部下はお客様との間でも円滑に丁寧語を使えるようになります。上司でも、先輩でもタメ口はいけません。

らがピークとなります。英国では中皮腫の死亡数は、いま急激に増加していて、2020年代がピークと予測されています。日本でも2030年頃にピークを迎えます。

北海道ではホテルの営繕従業員や情報関連の労働者がアスベスト被害で労災認定されていますし、教員の公務災害でも争われています。当センターでも「アスベストPT」を設置して、関係産業労働組合を中心に被害の救済などに取り組むことを決めています。当面、全国的にも注目されている、大阪泉南アスベスト訴訟団の作成した「命ってなんぼなん?~泉南アスベスト禍を闘う~(原一男監督)66分」の上映会を企画したいと準備を進めています。



愛着という問題について考えます その4

大人の愛着には4つのスタイルがある

さて、今回の愛着問題は、その見分け方について。

安定・不安・回避という愛着スタイルが、対人関係だけでなく、自己の内面にも深く関わると言うことは、意志決定と行動選択において、結果を操るといえそうです。しかも、その愛着スタイルによる「作業モデル」は、自己決定面のみならずストレス耐性のような生理的側面にも影響し、健康や寿命に大きく影響することになります。自分の愛着傾向を調べるには「愛着スタイル診断テスト」をやってみることになります。

大人のスタイルには4つの形がありますが、安定型、不安型、回避型は今までと同じで、それに「恐れ・回避型」が加わります。

愛着傾向を見分ける要素としては、以下のことがあります。

- ① ストレスがたまったとき、人を求めますか？
- ② つらい体験をよく思い出しますか？
- ③ 愛する人のために犠牲になれますか？
- ④ 健康管理に気を配るほうですか？

この項目と愛着スタイルの関係の詳細は本を読んでもらいたいと思いますが、大人の場合、愛着スタイルによって仕事ぶりがどう違うのかという点が重要になります。

「安定型」は積極的で社会的地位も高めであり、満足度も高く、仕事に対人関係を持ち込まないと言うことがあります。このタイプの人、自分が信頼している人がいつまでも自分を愛し続けることにみじんも疑いを持ちません。したがって、困ったときは素直に助けを求めます。そもそも人がどういう反応をしてもあまり左右されない、自分の気持ちを偽ってまで相手にあわせるよりも、自分の考えをさらけ出した方が誠実であり、お互いの理解につながると考えます。仕事ではともに楽しみながら、取り組むことが自然にできます。

「不安型」の場合は、仕事上の成功や失敗が、自分の存在や対人関係にすり替わりやすいため、仕事自体がおろそかになる事も起きます。これらは、自己評価の低さや自信のなさによるものとされています。不安型の人の関心は、とにかく対人関係に向けられます。それは、人から承諾や安心を受けることがきわめて重要と考えるからです。性格的には「内弁慶」と言うことになります。また、痛みにも弱く不調や苦痛を感じやすいため、些細なことでも大騒ぎすることがこのタイプの「自分の守り方」です。

終始周囲に気を遣うのですが、周囲はこの人が思うほど気にしませんから、空回りすることが多くなります。相手の表情には敏感ですが、早とちりすることも多くなります。また、少しでも相手が拒絶の意志を見せると、過剰反応しやすくなります。このタイプの人、時に相手をズタズタにするような言葉を投げかけるのは、相手が自分をおろそかにしているという被害感によるものです。自分が相手を思う分、相手にも同様な思いを求めるの

です。対人関係では、べったりとした依存関係を好み、相手を自分の一部と考えるようになります。しかし、一方で「両価的」な心の側面があります。それは、求める気持ちと拒絶する気持ちの両方があるということで、たとえば、仕事上での相手があからさまな関心を示した場合、不安定型では能率が下がります。これは、両価的な葛藤を引き起こし、集中力を下げるからです。幼少時に過保護である一方、親の意に沿わないときには強く拒否されるという極端な経験を持っています。また、愛情では、自分が愛されているときは自分に大きな価値があると感じますが、愛されていないと感じたとたん、自分が無価値だと思えます。それ以上に相手の無関心に対する怒りや敵意が自分に向きやすく、自己嫌悪におちいって精神的不安定を招きやすくなります。

「回避型」の場合は、仕事上の問題よりも人的側面でのあつれきが多くあり、協調性に欠けるという評価を受ける場合もあります。回避型は対人関係よりも仕事や勉強や趣味に重きを置きますが、これは対人関係からの回避という側面を持っています。その結果、仕事偏重という価値観になります。自分の体調にも無関心で、病気が進んではじめて気づくなど、罹患率も高くなります。これは自覚されない（したくない）ストレスが、身体的な症状として表れる結果です。葛藤と直面すると、自分から身を引いて収拾を図ろうとします。対人関係のみならず、仕事や愛情に対して淡泊な反応をします。ある研究によると、回避型の人は感情が絡みそうになると、自分でその情報をシャットアウトしてしまうという防衛メカニズムを持っていることが確かめられました。

しかしその結果、相手の表情や会話の内容を読み間違える事が多く見られ、表情や感情表現が乏しいと言われています。その一方で葛藤の場面に弱いと、ストレスが加えられると攻撃的になったり、相手の痛みは無頓着になったりします。仕事や趣味では、自己主張が強くなります。それはそこが自分の聖域であり、誰にも犯されたくないと考えるからです。愛情面では、相手が困って助けを求めることに対し怒りを持ちます。頼られることは面倒事を持ち込むことになるからです。

「恐れ・回避型」は上記の不安型と回避型の両方を強く示すスタイルで、深刻に複雑な作業スタイルとなりますが、これは“人間嫌いだけど、人の反応に敏感”という、ちょっとややこしいスタイルのことです。一人でいることは不安だが、親密になった後に傷つくのもいやという、信じたいけど信じられないジレンマを抱えます。

このスタイルの人は養育者との関係で深く傷ついた経験を有し、まだ未解決の場合や、関係改善の兆しについて混乱したりするものです。境界性パーソナリティ障害は愛着の観点で言うと、この混乱に逆戻りしたといえるそうです。

この例として夏目漱石があげられていました。漱石は自分を表現するのが下手で、文学作品は自分を隠蔽しつつ自分を表現するというバランスの結果だとされています。自分の評価にも敏感で、少しでもないがしろにされると怒りを爆発させるため、職場を転々とせざるを得ず、身体的には被害妄想や幻聴などの精神症状や胃潰瘍を抱え、それが高じて命をなくしたということでした。

※ 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

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