

## なんだ・かんだ

### ◆ ストレスチェック ◆

5年ほど前に電通で100時間を越える残業や上司からのパワハラがもつて女性社員が自殺したのは記憶にまだ残っています。

これまでこの様なことは他人事と考えていましたが、良く知る会社や知人に、おそらくストレスを起因とする精神的な病で会社を長期休職したり、転職される方を身近に見る様になり問題意識を持ち始めました。

法律が改正され、常時使用する労働者数が50人以上の事業場ではストレスチェックを年に一回実施することが義務化されました。当社は従業員30名の会社なので義務ではありませんが、今年の8月にストレスチェックを実施致しました。

ストレスチェックの目的は、労働者のメンタルヘルスの不調を未然に防ぐ(一次予防)。と高ストレスと判定された労働者には、医師による面接指導を受けることを勧奨し、事業者は医師から意見を聴取し、業務負担の軽減や休職などの就業上の措置を講じることで、労働者のメンタルヘルス状態の悪化を防ぐ(二次予防)。とあります。

当社では産業医がいないので、どの様にしたらよいかかわからなかったのですが、偶然知人に産業カウンセラーでメンタルヘルスについて企業向けに研修などを行っている方いたので相談したところ、ストレスチェックをして頂けるとのことで、実施の運びとなりました。

結果的に、通常被験者の15%程度が高ストレス者に該当するというのですが、当社は一応その範囲内で平均を少し下回る結果となりました。しかし、思ったよりも人数が多かったので少なからず驚きました。

健康診断と同様に、会社に結果提供を同意した社員は私の方で結果を確認し、高ストレスの方にはお話をさせて頂きましたが、同意しなかった社員はどんな結果なのかわかりません。

高ストレス該当者(会社には分からない)にはチェックの結果と共に相談する場合の案内を入れておき、出来たら専門の方に相談する様に勧めました。ストレスは自分の中に貯めこむのが一番良くないので、誰かに話を聞いてもらう事で楽になります。本来は産業医の診断が必要となるのですが、当社は産業医がいないので、まずはストレスチェックを実施して頂いたカウンセラーに相談する様に勧めました。

初回は会社で費用負担とし相談のハードルを下げたのですが、実際に相談した者はいませんでした。高ストレスと診断されたことが良いことではないと考えているのでしょうか？

毎年受診している健康診断は全員が結果提出に同意しているので、私の方から再検査等の該当者には診察を受ける様に促しています。出来るだけ早期に発見して手立てを施すことが肝心です。

ストレスチェックによる精神の健康も、身体の健康同様問題がありそのような事は早期に対処する事が肝要であると思います。

後は、結果を課毎に集計することで、課別の仕事量の過多や上司・同僚の支援についての課題がグラフで出てきましたので、この是正に努めて行きます。

これまで体の健康しかケアしてきませんでした、同じように精神の健康も重要であり、気を配っていかなければならないと思います。心身共の健康が人生における「幸福」の条件であると思います。



### ■ フイテココ2020 ■

当社は永く塗料や部品洗浄の用として、溶剤を販売して参りました。そんな中で、医薬品や医薬部外品ではありませんが、消毒用エタノールの代替品として、「フイテココ2020」を販売しております。

本製品はエタノール78~83Vol% (体積で算出した濃度)で、手指消毒はもちろんドアノブや机回りなどのアルコール洗浄としてご利用いただけます。1.5Kg(約18L)の石油缶での販売となります。使用量の多い法人様で詰め替え用としてご利用いただければと思います。

お値段は、税別15,000円です。詳細は当社営業マンにお尋ねください。

最悪期を脱した?!

今年はずいぶりに「秋」を感じることが出来る年です。ここ何年も10月いっぱい暑い日が続いて、過ごし易い秋が物凄く短かったように記憶しています。今年も文字通りお彼岸を境に気温が下がり、私の家では10月に入ったところで早々に衣替えをしました。

そして秋と言えば、食欲・スポーツ・芸術・行楽の秋です。世間では「GOTO」が長い間の自粛から国民を解き放ち、各地の観光地や商店街にも賑わいが戻って来ています。

経済にも薄明かりが差し出しました。日銀は10月の地域経済報告で、回復の水準はなお低く、景気の本格回復への足取りは重いが、新型コロナウイルスの影響が一服し、生産や消費に持ち直しの動きが出てきているとし、日本全国8地域の景気の総括判断を引き上げました。

今年初めから始まったコロナウイルスによる経済の低迷も最悪期を脱したようです。欧州の様な第一波を超えるような再流行の可能性もありませんが、アジア地域は比較的落ち着いてきました。厳しい冬の後には必ず春が来ることを信じて今を乗り切って行かなければならないと思います。

代表取締役 服部 敏一郎

## 社員ブログ

### ● 愛猫の存在 ●

営業部 鈴木智恵

我が家には1匹の黒猫がいます。13歳、人間にすると70代位のおばあちゃんです。

1年半程前から病気で通院をしており、先月も体調を崩し入院をしました。病気の治療をしている中で、存在の大きさを改めて考えることが増えました。

猫はマイペースとよく言われますが、その通りで、私が疲れていても、落ち込んでいても、察してそばに来てくれたり...なんてことはありません(笑)

でも、いつもそこにおいて、変わらない様子で過ごしている、それが私を安心させてくれます。犬や猫などのペットを飼われている方はたくさんいると思いますが、皆さんにとってどんな存在でしょうか？

コロナ禍で家にいる時間も、ペットたちのおかげで、少し気持ちが軽くなったり癒されたり、救われた方はたくさんいると思います。

長くても後数年でお別れと考えては涙がしますが、猫にとっての10数年は人間の80年と同じです。人間の勝手な解釈にはなってしましますが、楽しく残りの猫生(人生)を過ごせるよう、できるだけことをしてあげたいと思っています。



本レターのご提供に付きまして、ご不要・ご迷惑という方に付きましては、その旨ご一報頂きたいと思っております。次回からの発送を中止させて頂きます。

株式会社チキリ

静岡県駿東郡清水町卸団地73

Tel 055-971-9610 Fax 055-973-1534

E-mail g.hattori.1@chikiri.com URL http://www.chikiri.com/