

第30卷第13号 通巻445号 平成23年10月1日発行 昭和57年7月5日第三種郵便物認可

ぼらんす

2011
10



財団法人 労働衛生協会

第1号



財団法人 労働衛生協会

理事長 木村 泰三

この度の東日本大震災で亡くなられた多くの方には 哀悼の意を捧げるとともに 被災された皆様方には、心からお見舞申しあげます。

日本のエネルギー政策が石炭・石油と変革されていくなかで、石油依存がオイルショックを招き、そして増殖炉にいたる原子力発電が永遠のエネルギーであると信じておりました。

十分な電力供給の環境が家庭内のオール電化など、電化製品の多様化を生み出したのです。今この産業構造を再考すべき時が到来したと言えるでしょう。イノベーションの掛け声と共に、この現実をどう生きてゆくのか、節約ばかりでは経済の伸長は望めない。グローバル競争のなか、私達が元気になるにはどうすればよいのでしょうか。

わが国では国民皆保険制度が創設され半世紀が経過していますが、社会保障制度は様々な問題を抱えている状況であります。しかしながらいかなる経済状況のなかにあっても、人々の安全と健康は最優先されるべきものであり、医療は社会・国家国民のものであります。東日本大震災の状況下でのお互いの思いやり、そして協力する姿はわが国の誇りでもあり、世界経済

が減速し企業業績の悪化・雇用不安の状況だからこそ、心温まる医療を提供することが私達の使命であると確信いたします。

さて、私ども医療機関におけるIT化は、一般企業と比較しても大変遅れをとっております。これは医療機関の業務内容が多岐に亘り、また複雑で守秘義務、セキュリティ・個人情報の問題など、システムを二度導入するとそれで終わりではなく、システムの更新、ハードの入れ替えとともに、周辺機器のバージョンアップも必要となります。人間の心と健康を守り維持するためには、情報共有をネットワーク網のような地域を越えた横の連携を充実させることや、クラウドコンピューティングによる健康情報の共有性・共時性が不可欠となり、これらへの先見性が求められます。

また今まさに労働衛生の課題となっているのが職場内におけるメンタルヘルスであります。私共協会におきましても、長時間労働問題、

メンタルヘルスの不調者の問題等、すばやく対策を講じ実行していかねばなりません。こうしたなかで実施した健康診断の精度に関する問題は重要であり、これは一般病院等の検査結果以上に、複雑なデータの流れがあることから、判定および事務処理における高い精度が求められております。

先ごろ人間ドック学会で、平成22年度人間ドックを受診した300万人について『異常なし』とされた割合が、8・4%と過去最低を記録したとの新聞報道がありました。また年齢に関係なく成績が悪化しており、これは社会の複雑化や先行きの不安によるストレスが起因しているのでしょうか。心と体のバランスが保たれるようにサポートする事が、私共健康診断機関に課せられた役割と痛感いたします。

今回より皆様にお届けする健康情報誌『はらんす』は、健康維持に役立つ情報を解りやすく多面的に(バランス良く)掲載しています。日々の健康づくりのささやかな一助となれば幸いです。

ボランティア 活動報告

健診グループ 山崎 妙子

これが本当に日本か？

被災地に近づくにつれ、視界に広がる見たことのない目を覆うような光景に言葉を失いました。

2011年3月11日 14:46 未曾有の大地震が東日本を襲った！

この異常な状況に「何かしなければ!!何か出来ることはないのか?」と思い続けるも、行動できずにいました。勇気がなかったのです。

ちょうど3ヶ月が過ぎた頃、協会の同僚が「山崎!!これだ!!これで行動出来るよ!!」とあるチラシをもってきてくれました。

被災地応援プロジェクト 「つながろう ころところ」

当協会がお世話になっている社会福祉法人のケアスクールが企画したボランティア活動で、6月～8月、毎月活動するというものでした。

「灯台下暗し」とはこの事です!! チラシをもらって1分後にはケアスクールのHさんに「参加します!!」と伝えていました。上司に休暇の許可も取っていないのに…。

Hさんはとても喜んでくださり、被災地の状況を熱く語り、そして参加者が少ないことを残念がられていたのです。何とか参加者が増えるように、私は知り合いにメールを一斉送信し、チラシを拡大コピーし、本部の掲示板に貼る事を申請しました。予期せず嬉しかったことは、協会がこの活動を有給休暇ではなく、公休扱いにするという配慮をしてくださり、心置きなく活動できることになった事です。

● 第1回目 6月18日(木)～20日(土)

チラシを手にして、一週間足らずだったので人数が集まらず、18名での参加となりました。正直言って、3ヶ月経って支援しに行っても無駄なのではないかと思っていました。そして被災地の方々には「都会から物見の見物に來ただけだろう」と思われるのではないかと…。

しかし、被災地に近づくにつれ、その思いはすっかり消えました。消えたというより打ちのめされたのです。何も手が付けられていない、復興とは程遠い景色が果てしなく広がっていて、まだまだ人手不足であることを実感しました。そして、この瓦礫の中には、無念にも逃げ切れず命を落とされた方がいらっしやるということが



明らかでした。子供用の長靴、おもちゃ、茶碗、DVD…ありとあらゆる生活用品が瓦礫の中に見え、震災が起きた前日には楽しい家族の団欒があったのだらうと思うと、手を合わさずにはいられませんでした。

私たちは、大曲ボランティアセンターで活動場所と作業内容を割り当てられ、道具を借りて現場に向かいました。「住宅地の側溝のヘドロ掻き」それが2日間の作業でした。生まれて初めてのヘドロの臭いは想像を絶しました。スコップで掬い上げて土嚢袋に入れていく作業は、体育会系の私でも本当に堪え辛かったことです。

しかし、側溝から全てのヘドロが掻き揚げられ、水が貫通した時の喜びは、何にも代え難いものを感じました。自己満足かもしれない。偽善者かもしれない。でも、ええやん!!水は間違いなく通るようになったのですから。

作業が終わり、Hさんのお知り合いが、何のお返しもできないから、お礼に美しい風景を見せたいと宮戸島に連れて行ってくださいました。大高森からみる景色は最高で、広がる海原は壮大でした。でもそれが、逆に人間のちっぽけさを物語っていたのです。その海が総てを奪い去ったのですから。

これがご縁で、2回目以降の活動は宮戸島へ行くことになりました。

● 第2回目 7月21日(木)～23日(土)

実は宮戸島での活動は、容易に入ることが出来たわけではありませんでした。島の被災者の方の「都会もんに何が出来るか」という思いと、本土との唯一の橋が寸断され、暫くは支援物資も来ず、震災から3ヶ月経ってもボランティアも来ないという事情から、「どうせ俺たちは国に見捨てられた島だ」という思いが強く、部外の者を快く思っていませんでした。それをHさんが何度も説得し続けてくださった結果、実現したことだったのです。

参加者41名。今回作業したのが「海苔の養殖のための準備」のお手伝いで、30cm角のすだれのようなものに金具を取り付けていく単純な作業でした。第1回目と違い体力は使いませんが、慣れない私たちはコツを掴むまで、作業に力を入れ過ぎてしまい、指先に痛みが走りました。前述したとおり、ボランティアが来たことがないので、島の人たちは「本当に来たの～」と入れ替わり立ち替わり見に来られ、写真を撮っていかれました。今回の活動で島の方々から「都会もんもやるな!!」と信頼され、第3回の活動へと続きました。



● 第3回目 8月18日(木)～20日(土)

参加者80名(社会人50名、学生30名)。バス2台で出発。場所は同じく宮戸島。80名もの参加者がいると混乱をきたすので、事前にリーダー、サブリーダーを決め、何度がミーティングをして臨みました。80名を何班かに分け、私は20名の一番大きなグループのリーダーをすることになりました。私のグループの作業は、津波に襲われた集落の側溝に溜まった泥を掻き揚げる作業でした。

初回のヘド口掻きより全然マシでしたが、リーダーの私は、メンバーさんに「初回、2回目と何かしらの怪我をされた方がいらっしゃいますので、怪我には充分お気をつけ下さい!!」と声を大にして注意しておきながら、足を滑らせ側溝に落ちて5cm大の大きな青タンを3ヶ所も作ってしまいました。全く情けない…。

作業は意外とあっさり終わりました。島の方が想定していた以上の成果を上げることが出来ました。『都会もん』は、甘く見られているようです。都会もんは「田舎もん」の集まりなんだけど…。

● 3回の活動を終えて

私達は、その時だけ一所懸命作業をすればいいですが、被災地が元の生活に戻るまで復興するには、何年かかるのでしょうか。この3回で終わらせる訳には行かないと思い、企画したHさんと「今は人海戦術ですよ!可能な限り続けましょう!!」と話し、9月以降も活動を続けることになりました。少なくとも今年いっぱい活動をし、少しでも復興の力になればと思います。

しかし、難しい問題もあるのです。実は、被災地の方と話をしていると「感覚のズレ」を感じることもあるのです。それは、共感したくてもどうしても共感出来ない何かがある。これは、実際に現地に行って活動したからこそ感じる、複雑な気持ちなのですが、「国の支援の開始の遅れ」などの影響による、時間の経過と共に変化した被災者の心情に対し、支援の立場からは、交わることのない感情が込み上げてしまうのです。上手く言えないもどかしさがありますが、それが今後の支援に対する引き際という意味で、ターニングポイントに繋がるのではないかと思います。

最後に私は、たまたま現地に行って活動する機会に恵まれました。行こうとしても行けない人もいるし、対岸の火事としか感じていない人もいます。考え方は人それぞれです。ただ、現実起きているこの状況を考えると、今後も継続した支援が必要だと思えます。このような企画に一人でも多くの方々に是非ご賛同・ご協力いただけることを願っています。



労働衛生協会の 新役員・評議員が決まりました。

役員一覧

(順不同 敬称略)

平成23年8月7日現在

理事 常勤 **木村 泰三**
当財団法人 労働衛生協会理事長

理事 常勤 **野本 一夫**
当財団法人 労働衛生協会常務理事

理事 常勤 **濱野 研司**
当財団法人 労働衛生協会理事

理事 常勤 **市毛 敬子**
当財団法人 労働衛生協会理事

理事 常勤 **虎岩 治**
当財団法人 労働衛生協会理事

理事 非常勤 **馬場 保昌**

理事 非常勤 **南出 行生**

理事 非常勤 **毛利 優**

監事 非常勤 **清水 一夫**

監事 非常勤 **沼 祥一**

評議員一覧

(順不同 敬称略)

平成23年8月7日現在

評議員 非常勤 **飯田 信吾**

評議員 非常勤 **大橋 誓吾**

評議員 非常勤 **古田島 太**

評議員 非常勤 **並木 温**

評議員 非常勤 **林 潤一**

評議員 非常勤 **前村 安文**

評議員 非常勤 **村田 篤司**

評議員 非常勤 **和田 裕雄**

財団法人 労働衛生協会



[理 念]

I'm fine で暮らしていこう

暮らしに笑顔があふれているのも、仕事にファイトがみなぎってくるのも
みんなあなたの健康のおかげです。

日本中が **I'm fine!** の笑顔であふれるように、
これまでも、これからも、ずっと、あなたのカラダとハートの
健康を見守り続けていきたいと思ひます。

[行動規範]

1. 健康診断の実施にあたっては、受診者のプライバシーに十分配慮する。
2. 顧客へのサービス提供にあたっては、常にその品質向上に努める。
3. 契約締結にあたっては、提供するサービス等に見合った適切な料金設定を心掛ける。
4. 良質なサービス提供を維持するために、経営と雇用ならびに適切な職場環境の保持に留意する。
5. 健康診断の実施に伴う各種廃棄物等の処理にあたっては、法令遵守を心掛けて環境保全に努める。

企画広報室より



この度、機関誌「ばらんす」を年4回発行することになりました。さまざまな切り口で解かり易い健康情報を掲載していきますので、今後のご愛読の程、よろしく御願ひ申し上げます。

今年は大震災や大雨、超円高と深刻な問題が次々と発生しました。

政治も社会もとても健全とは思えないような状態です。

私は植物が好きです。植物は傷つき、枯れそうにみえても、環境を整えてあげると自然に復帰して来ます。人の目にはゆっくりですが、その生命力には驚くものがあります。

日本も多少時間がかかるかも知れませんが、元気に健全に復興を願ひます。自然環境、国民の資質にはともに優れたものが備わっています。

私は、このような冊子の発行に関わるのは初めてです。

微力では有りますが、編集担当・企画広報室小林明美さんと2人で、より良い誌面作りに努めたいと存じます。

最後に、この「ばらんす」編集に当たって、初回号に投稿を頂いた木村理事長、山崎職員代表、及びご協力頂いた方々に御礼を申し上げます。

体にやさしい素材で
人気の
幸せレシピ



牛肉のビール煮

料理：荒井桂子 / 撮影：タカセイチロウ

◎材料・4人分

- 牛肉(モモ肉) … 500g
- タマネギ … 中1個
- ニンニク … 1片
- 乾燥プルーン … 3個
- サラダ油 … 大さじ1
- 薄力粉 … 大さじ1
- 水 … 350cc
- ビール … 350cc
- チキンコンソメ … ½個
- トマトペースト … 大さじ2
- 三温糖(黒砂糖でも可) … 大さじ1
- 塩・こしょう … 少々
- パセリ … 少々
- 〈付け合わせ〉バゲット … ½本
- 粒マスタード … 適宜

◎作り方

1. 牛肉は3cmの角切りにして、軽く塩・こしょうをする。
2. タマネギは薄くスライスする。ニンニク、パセリ、プルーンはみじん切りにする。
3. 大きめの皿にタマネギを広げ、ラップをかけずに電子レンジ(600w)で5分加熱する。
4. フライパンにサラダ油を入れ火にかけて、牛肉をこんがり焼き色がつくまで焼き、お皿に取り出す。
5. 同じフライパンにニンニクと③のタマネギを入れ、茶色になるまで弱火で炒め、薄力粉を加え混ぜる。
6. 圧力鍋に水と牛肉、⑤を入れて火にかけて、アクを取り除く。ビール、チキンコンソメ、トマトペースト、三温糖、プルーンを加え25分加圧する。
7. バゲットは5ミリの厚さに切り、粒マスタードを塗ってオーブントースターで軽く焼く。
8. 圧力鍋に水をかけて急冷する。
9. ふたを外してもう一度火にかけて、塩、こしょうで味を調える。お皿に盛りつけ、刻みパセリをふり、バゲットを添える。

MEMO: 圧力鍋がない場合は、ごく弱火で2時間ほど煮込みましょう。

●栄養量(1人分)：エネルギー 432kcal タンパク質 32.4g 脂質 14.3g 食塩 1.9g (栄養計算：大阪府栄養士会 理事 小堀佳子)