

ぼらんす

2013

夏



財団法人 労働衛生協会

第8号

<http://www.rodoeisei.or.jp>

高年齢者雇用安定法改正に伴う 当協会の取組み

財労働衛生協会
総務部 部長 藤原 明雄

昨今、少子高齢化による労働人口の減少は、至るところで耳にする話題ですが、日本の人口構成は急速な少子高齢化が進行しており、2020年には3人に1人が高齢者という社会に向かっております。この急速な高齢化の進展に対応する就労環境や雇用体制の整備が今、求められております。

さらに、2013年より特別支給の厚生年金の報酬比例部分の支給開始年齢が段階的に引き上げられます。つまり、現行の高年齢者雇用制度のままでは60歳定年以後継続雇用を希望した場合でも、事業主側は雇用を打ち切ることができるため、65歳以降の厚生年金受給年齢に達するまで収入が無いという状況が発生する可能性が大いに想定されるということです。

このような問題の解決にあたり、国は高齢者の職業の安定その他の福祉の増進を図るとともに、少子高齢化が進行する中でも経済活動の活力を維持しつつ、高齢者が健康で意欲と能力がある限り年齢にかかわらず働き続けることができるような環境を整えることを目指しています。その観点から「高年齢者等の雇用の安定等に関する法律」の一部を改正することで、年齢に関わりなく働ける企業の普及を図り、高齢者の雇用環境の改善と厚生年金の段階的支給開始年齢の引き上げによる収入の不安を解消させようとしています。

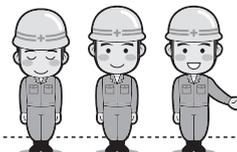
当協会もこれを契機に定年後の雇用環境の整備、雇用条件の見直しを行い、職員が60歳以降も安定した雇用条件の下、その知識・経験を活かして働くことができるように現行規程の見直しを図っております。

また、雇用継続ばかりではなく、職員本人と契約更新の際は面談を行うことにより、本人の希望・意欲・体力にあわせて就労場所の変更や労働時間の短縮等を行い、高齢者に働きやすい環境を提供するよう努めて参ります。さらに、本格的な高齢化社会へ向かう中で社会情勢の変化にあわせて、高年齢者雇用アドバイザー等を有効に活用しながら、65歳までの定年の引き上げも視野に入れて人事制度の見直しを進めていく予定です。

高齢者がいきいきと暮らしていける豊かな社会を実現するため、当協会は少しでも社会貢献できるよう努めて参りたいと考えております。

労働者の安全を守る

作業環境測定



財労働衛生協会
作業環境測定グループ 近藤 祐行

現在の作業環境の整備状況

昨年からテレビや新聞で報道されていますが、大阪市の印刷工場で従業員が胆管がんを発症していたことがわかり大きな話題になりました。調査によると作業時に使われていた洗浄剤の有機溶剤に含まれている化学物質に問題があるのではないかと推測がされています。また、この作業場の空調・換気の設備や従業員の防毒マスクの利用状況など作業環境における整備状況との関係が問題視されています。

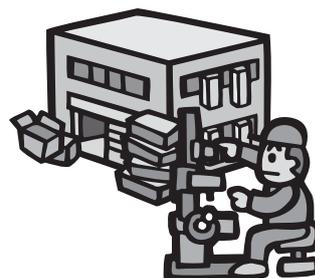
この事件をきっかけに厚生労働省は、有機溶剤の管理状況（有機溶剤中毒予防規則が守られているか）について調査を行いました。その結果、対象物質を扱う7,105事業場のうち7割以上の事業場が規則に違反していることが判明しました。危険性が高い物質を使いながら、排気装置を設置していないケースは35.9%、作業主任の未選任も58.3%という結果でした。このように作業環境への取り組みを怠ることは労働者への安全面の影響はもちろんのこと、企業の信用問題にまで発展してしまいます。

【参考文献】 厚生労働省 平成24年10月12日発表
「印刷業に対する有機溶剤中毒予防規則等に関する通信調査の結果(最終版)」

作業環境測定を行うべき作業場とは…

作業環境とは労働者が働いている状態・環境のことをいいます。例えば、有機溶剤を利用する作業場の有害物質の濃度を測定することは重要な作業環境の管理です。また夏本番を迎えて職場の気温と湿度が高い、これも作業環境の一つです。これらを科学的に評価して、職場環境が良好であるか、改善措置が必要であるかを判断するための測定のことを作業環境測定といいます。

当協会では1976年に作業環境測定機関として登録されて以来、様々な作業場の測定を行っています。それでは、実際に作業環境測定を行うべき作業場とは一体どのような場所になるのでしょうか。実はそれについては、法令により左記のとおり定められています。



作業環境測定を行うべき作業場一覧

- ★①粉塵を著しく発散する屋内作業場
- ②暑熱、寒冷または多湿屋内作業場
- ③著しい騒音を発する屋内作業場
- ④坑内の作業場
 - イ. 炭酸ガスが停滞する作業場
 - ロ. 28℃を超えるまたは超えるおそれのある作業場
 - ハ. 通気設備のある作業場
- ⑤中央管理方式の空気調和設備を設けている建物内の事務所
- ⑥放射線業務を行う作業場
 - イ. 放射線業務を行う管理区域
 - ★ロ. 放射性物質取扱作業室
 - ハ. 坑内の核燃料物質の採掘の業務を行う作業場
- ★⑦特定化学物質（第1類または第2類物質）を製造または取り扱う作業場
- ★⑧石棉等を取り扱い、もしくは試験研究のため製造する屋内作業場
- ★⑨一定の鉛業務を行う作業場
- ⑩酸素欠乏危険場所の該当作業場
- ★⑪有機溶剤（第1種または第2種有機溶剤）を製造または取り扱う作業場

この中で★が付いている6種類の指定作業場については、特に危険を伴うため作業環境測定法第3条によって作業環境測定士、作業環境測定機関が測定するように定められています。

つまり、このような作業場の測定を行う作業環境測定とは、労働者の環境改善そのものであり、労働者の健康障害を防止することを目的とした測定なのです。

どのような測定を行うのか？

当協会は作業環境測定を通して、企業の皆さまの作業環境の向上のためのお手伝いをさせていただいております。有機溶剤を取り扱う作業場においては、作業場の状況を調べるとともに、作業者のばく露濃度が最大と考えられる作業位置を測定します。また、作業場の風向きと風量を調査し、気化した有機溶剤が滞留していないかを調べます。これらの測定においては、当協会の長年の経験と知識を活かして取り組んでおります。また、測定結果をもとに、作業環境の改善に役立てていただけるよう測定士の助言を加えた報告書をお渡ししています。

作業環境測定の実施から評価まで

- | | | |
|------------|------------------|---------------|
| ①測定対象物質の決定 | ⑤サンプリング・分析方法等の設定 | ⑨第1・第2評価値の計算 |
| ②単位作業場所の設定 | ⑥サンプリング | ⑩評価値と管理濃度との比較 |
| ③測定日時の設定 | ⑦分析（解析） | ⑪測定値と管理濃度との比較 |
| ④測定点の設定 | ⑧幾何平均・幾何標準偏差の計算 | ⑫管理区分の決定 |

最終的に3種類の管理区分に分けて評価します。第一管理区分は「良好」、第二管理区分は「問題のある職場の予備軍」、第三管理区分は「問題のある職場」と判断します。

もちろん作業場の状況や測定対象物により、測定方法や事前に調査を行う内容等は変わりますが、先述の通り、作業環境測定の目的は労働者の環境改善であることに変わりはありません。当協会は今後も確かな技術で企業の皆さまの環境改善のためのサポートを行ってまいります。もし職場の作業環境に関して気になっている事がございましたら、どのようなことでもお気軽にご相談ください。

（助）労働衛生協会 作業環境測定グループ

☎03-3331-2251（代表） E-mail：kankyou@rodoeisei.or.jp

※作業環境測定グループをお呼び出してください。

食中毒対策は、万全ですか？

(財)労働衛生協会 健康管理部 管理栄養士 川崎玲子

7月になり本格的な夏が到来しました。温度・湿度ともに高くなるこの季節は、細菌が発生しやすいので注意が必要です。特に気を付けたいのは食中毒。その原因はウイルス等が付着した食品や有害な物質が含まれた食品を食べてしまうことにより発生します。食中毒にかかるとおう吐・下痢・腹痛・発熱などで体力を奪われてしまいますので、正しい食品管理や料理の工夫などで、未然に食中毒を防ぎましょう。

食中毒を予防する食品

●緑黄色野菜



●フルーツ



●ネギ



●梅干し



●ショウガ



●緑茶



●ココア



★

★

1 免疫力を高める成分

緑黄色野菜に含まれるβ-カロテンは、粘膜を強く保つことができます。フルーツに多いペクチン、オリゴ糖は腸内環境を整えて抵抗力を維持してくれます。

2 殺菌作用を持つ成分

ネギの成分のアリシン、ショウガの辛味成分のシゲロンには殺菌作用があります。梅干しは弱った胃腸の働きを助け、食中毒に強い体内環境をつくります。ニンニク・緑茶・ココアなどにも殺菌作用があります。

3 人の体をつくる栄養素

栄養バランスのよい食生活をすることで、免疫力を高めます。特に体内でつくられないビタミン・ミネラルはきちんと日々の食生活から摂るように心がけましょう。

食中毒を防ぐ3原則

1. 原因菌をつけない(清潔・消毒)

✓ 手をよく洗う

- ①調理の前
- ②調理中、生肉や魚に触れたあと
- ③食事の前

✓ 食材を区別して保管

生の肉や魚介類は、他の食品に触れないようにしっかりと分けて密閉保管しましょう。



✓ 食材を洗う

特に野菜・魚介類などは、流水で洗いましょう。



✓ 調理器具を清潔に

まな板・包丁は「野菜用」「肉・魚用」に分けて使うとさらに安全です。熱湯や漂白剤で消毒して、よく乾燥させて、常に清潔に保ちましょう。



2. 原因菌をふやさない(冷蔵・冷凍・迅速)

✓ 新鮮な食材選び

野菜や魚介類などは、新鮮なものを選びましょう。(期限・消費期限を確認)



✓ 食材の温度管理を正しく

冷蔵庫・冷凍庫を過信せず、食品に適した温度管理をしましょう。



✓ 料理はすぐに飲食

料理したものを常温で放置するのは危険です。なるべく早く食べきりましょう。余ったものはすみやかに冷蔵庫へ保管しましょう。

3. 原因菌をやっつける(加熱・殺菌)

✓ 食品はしっかり加熱

中心部が75℃以上の状態で、1分以上加熱しましょう。冷凍食品は中まで火を通しましょう。



✓ 温め直しも注意

食品が75℃以上になるように、充分加熱しましょう。みそ汁やスープは沸騰させましょう。





アンチメタボ 野菜のつばやき

管理栄養士：武田 三花

レモンよりビタミンCが多いピーマン

ピーマンは、大航海時代にコロンプスが熱帯の中南米からヨーロッパに持ち込んだ唐辛子の仲間です。旬は夏です。品種改良で辛味をなくした唐辛子をフランス語で「ピマン(piment)」といい、今の日本での呼称になっています。未熟な緑色のうちに収穫するため英語では「green pepper」といいますが、熟すと赤くなります。

日本に唐辛子が入ってきたのは16世紀ですが、ピーマンが入ってきたのは明治以降で、おたふく唐辛子、甘唐辛子などと呼ばれました。家庭に普及したのは戦後、米軍がアメリカで品種改良した品種を持ち込んでからです。子どもには青臭さと苦味が不人気で、苦手な野菜にしばしばランクインされますが、近年の品種改良で、どんどん食べやすい味になっています。

ピーマンはビタミンの宝庫といつてよく、体内でビタミンAになるβカロテン、ビタミンB群、ビタミンC、ビタミンE、ビタミンKなどが含まれています。特に注目したいのは、ビタミンCの多さです。レモンよりも多く、中位のピーマン4個で1日分のビタミンCの推奨量以上になります。ビタミンCは熱に弱いのですが、ピーマンの

ビタミンCは、フラボノイドが保護しているために加熱しても壊れにくい長所があります。

赤、オレンジ色、黄色などの完熟品種は、カラーピーマンと呼ばれ、青臭さや苦味がほとんどありません。特にパプリカとよばれる品種は、肉厚でジューシーな甘みがあり、子どもにも人気です。黒(紫色)のピーマンもあり、これは加熱すると緑色になります。カラーピーマンは、ビタミンA、ビタミンCが、緑のものより2倍以上、ビタミンEは5倍以上もあります。

コラーム



夏の日差し対策に、 ビタミンCとβカロテン

ピーマンに多いビタミンCとAは、夏の日差しから肌を守るサポートをしてくれます。ビタミンCは肌や粘膜を強くし、鉄分の吸収を助けますが、体内に蓄積できず、たばこの煙やストレスで大きく消費されるので、日々摂ることが大切です。組織や目を保護するビタミンAは、過剰に摂ると副作用がありますが、ピーマンは必要時だけ体内でビタミンAに変わるβカロテンを含むので、心配はありません。赤ピーマンの赤い色素のカプサイシンはβカロテンの仲間です。トマトの赤い色素のリコピンを上回る抗酸化作用があります。脂溶性ビタミンなので油で調理すると吸収がよくなります。