

2月になって明けましてもないのですが、中山、今年最初の発信です。ということで遅ればせながら「明けましておめでとうございます。」です。

実は、年明けに身内の不幸と夫婦そろっての新型コロナウイルス初感染が重なり、こんな時期のご挨拶になってしまいました。

新型コロナウイルスについては感染拡大から4年も経ち、ここまで感染せずに乗り切ってこられたので、何となくこのままずっと何とかなるのかなと漠然と思っていました。しかし、ここにきて感染です。

現在は昨年流行した「XBB」タイプではなく、オミクロン株の1種の「JN.1」という株がトレンドになっているそうですが、「JN.1」と言っても誰も知りません。感染症法上の5類になり全数把握もやめてマスコミ報道もされなくなり、すっかりコロナ前に戻ったような雰囲気になっていました。

何とかは忘れたところにやってくる、とよく言いますが、本当に忘れたところにやってきました。感染者数も11週連続で増加中ということ（NHK ニュース 2月9日）。

<https://www3.nhk.or.jp/news/html/20240209/k10014353481000.html>

救急搬送も医療機関も結構逼迫しているという話も聞いたりします。「手洗いや換気、人混みでのマスク着用、体調が悪ければ外出を控える」ことが肝要だそうです。一回感染した方も注意が必要とのこと。皆様もくれぐれもご自愛ください。（中山）

目次

- 1 精神疾患等の公務上災害の認定指針」等の一部改正について(人事院)
- 2 企業における災害・水害対策について(日本予防医学協会)
- 3 関連情報

1 精神疾患等の公務上災害の認定指針」等の一部改正について(人事院)
国家公務員災害補償制度においては、「精神疾患等の公務上災害の認定指針」に基づき、各府省等が公務災害の認定を行っています。

令和5年9月に民間労働者を対象とした労働者災害補償保険制度において、心理的負荷による精神障害の認定基準が改正されました。公務においては、民間との均衡を考慮することとされていることから、同年10月に設置した「精神疾患等の公務上災害の認定指針の見直しに関する意見聴取会」において、有識者からいただいた医学的知見等を踏まえて、認定指針を改正し、本日(2月15日)各府省等に通知しました。

<https://www.jinji.go.jp/kisya/2402/seishin-shishinkaisei.html>

2 企業における災害・水害対策について(日本予防医学協会)

今回の能登半島地震による影響を受けた企業や、被害を受けた従業員が在籍する企業では、その対応支援のために、いくつかの健康管理上の注意事項について情報を持っていることが重要であると考えられます。

企業における被災地支援に係る健康管理上の注意事項をまとめておりますので、参考になれば幸いです。

○企業における災害・水害対策ガイドブック

https://www.jp1960.org/flood_damage/

3 関連情報

(厚生労働省)

●ドラマ『となりのナースエイド』とタイアップします

https://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/newpage_001_002.html

●労働基準関係法制研究会 第1回資料

(労働基準法の基礎的なこと改正の歴史などを解説した資料です。業務の参考に)

https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_37490.html

(メールマガジン労働情報)

●2024年問題に対応し一部改正法案を閣議決定／国交省

政府は13日、国土交通省の「流通業務の総合化及び効率化の促進に関する法律及び貨物自動車運送事業法の一部を改正する法律案」を閣議決定した。2024年問題に対応し、荷主・物流事業者に対し、物流効率化のために取り組むべき措置について努力義務を課す。一定規模以上の者に中長期計画作成や定期報告等を義務付け、取り組み状況が不十分な場合、勧告・命令を実施する。トラック事業者の取引については、元請け事業者には、実運送体制管理簿の作成を義務付け、荷主・トラック事業者・利用運送事業者には役務の内容や対価等に関する書面の交付等を義務付ける。また、軽トラック運送業

の死亡・重傷事故件数増加への安全対策強化として、軽トラック事業者に対し、管理者選任と講習受講、事故報告を義務付ける。

https://www.mlit.go.jp/report/press/tokatsu01_hh_000747.html

●正規職員・従業員、前年同期比14万人増／労働力調査・詳細集計10～12月期平均

総務省は9日、「労働力調査（詳細集計）」結果を公表した。2023年10～12月期平均の役員を除く雇用者は5,756万人。

うち、正規の職員・従業員は前年同期比14万人増の3,595万人で、3期連続の増加。非正規の職員・従業員は、同31万人増の2,160万人で、8期連続の増加。非正規として働く理由は、「自分の都合のよい時間に働きたいから」が722万人（同23万人増）、「家計の補助・学費等を得たいから」が386万人（同6万人増）。

「正規の職員・従業員の仕事がないから」は194万人（同23万人減）。失業者は184万人（同1万人増）。失業期間別にみると、「3カ月未満」は71万人（1万人増）、「1年以上」は59万人（2万人減）。就業者6,759万人のうち、追加就労希望就業者は197万人（同1万人増）。

非労働力人口4,045万人のうち、潜在労働力人口は33万人（同1万人増）。

<https://www.stat.go.jp/data/roudou/2.html#latest>

▽結果の概要

<https://www.stat.go.jp/data/roudou/sokuhou/4hanki/dt/pdf/gaiyou.pdf>

●「仕事と私生活の充実の関係性」、影響・関係あるは70％／民間調査
マイナビは21日、「正社員のワークライフ・インテグレーション調査2024年版（2023年実績）」を発表した。

調査対象は20～59歳の正社員（有効回答3,000人）。「できることなら働きたくない」は「そう思う」、「ややそう思う」合計で56.9%。「静かな退職（やりがい・キャリアアップは求めず、決められた仕事を淡々とこなすこと）をしている」と感じるは、合計で48.2%。「仕事と私生活の充実の関係性」について、影響・関係があるは合計70.0%。仕事と私生活の両方の充実の追求については、「できている」は26.6%、「できていない」は39.0%。また、両方の充実を追及できている人はできていない人と比べ、職場の柔軟性が高く、特に仕事の裁量権、服装や勤務時間の柔軟性で差が大きかった。

https://www.mynavi.jp/news/2024/02/post_40867.html

（保健指導リソースガイド）

- 若いときの強いストレスは年齢を重ねてから肥満や心血管疾患のリスクを高める 軽い運動により健康リスクは減少

<https://tokuteikenshin-hokensidou.jp/news/2024/012854.php>

- 早期の腎臓病の段階から医療費は増加 健診受診者の 5.3%が早期慢性腎臓病 就労世代 8 万人の健診データを分析

<https://tokuteikenshin-hokensidou.jp/news/2024/012872.php>

- 「ソーシャルメディア」の使いすぎがメンタルヘルスを悪化 1日に30分減らしただけで仕事の満足度も向上 簡単で効果の高い方法に

<https://tokuteikenshin-hokensidou.jp/news/2024/012823.php>

(ヨミドクター)

- 被災者も医療者も「遠慮」は無用——東日本大震災時の避難所における夜間診療で見えたこと——

<https://yomidr.yomiuri.co.jp/article/20240122->

OYTET50029/?catname=column_kokoro-blue2

(VoCE)

- (プチメンタル不調に効く食べ物 8 つ。)心の健康のためには糖質過多に注意!

<https://www.msn.com/ja->

<jp/health/other/%E3%83%97%E3%83%81%E3%83%A1%E3%83%B3%E3%82%BF%E3%83%AB%E4%B8%8D%E8%AA%BF%E3%81%AB%E5%8A%B9%E3%81%8F%E9%A3%9F%E3%81%B9%E7%89%A9%E3%81%A4-%E5%BF%83%E3%81%AE%E5%81%A5%E5%BA%B7%E3%81%AE%E3%81%9F%E3%82%81%E3%81%AB%E3%81%AF%E7%B3%96%E8%B3%AA%E9%81%8E%E5%A4%9A%E3%81%AB%E6%B3%A8%E6%84%8F/ar-BB1i.jzEn>

(産経新聞)

- ドミノ・ピザが若者のメンタルヘルス支援 ピザ1枚につき10円を福祉団体に寄付

<https://www.msn.com/ja->

<jp/money/other/%E3%83%89%E3%83%9F%E3%83%8E-%E3%83%94%E3%82%B6%E3%81%8C%E8%8B%A5%E8%80%85%E3%81%AE%E3%83%A1%E3%83%B3%E3%82%BF%E3%83%AB%E3%83%98%E3%83%AB%E3%82%B9%E6%94%AF%E6%8F%B4-%E3%83%94%E3%82%B6%EF%BC%91%E6%9E%9A%E3%81%AB%E3%81%A4%E3%81%8D%EF%BC%91%EF%BC%90%E5%86%86%E3%82%92%E7%A6%8F%E7%A5%89%E5%9B%A3%E4%BD%93%E3%81%AB%E5%AF%84%E4%BB%98/ar-BB1i0tDx>

(ダイヤモンドオンライン)

●職場にいる「メンタルが強い人」がやっている1つのこと

<https://www.msn.com/ja-jp/money/career/%E8%81%B7%E5%A0%B4%E3%81%AB%E3%81%84%E3%82%8B-%E3%83%A1%E3%83%B3%E3%82%BF%E3%83%AB%E3%81%8C%E5%BC%B7%E3%81%84%E4%BA%BA-%E3%81%8C%E3%82%84%E3%81%A3%E3%81%A6%E3%81%84%E3%82%8B1%E3%81%A4%E3%81%AE%E3%81%93%E3%81%A8/ar-BB1i5zmm>

健康づくりかわら版：日本予防医学協会)

●食べる瞑想「マインドフル・イーティング」

<https://www.jpml1960.org/kawara/05/202311-mindful-eating.html>

小野田 富貴子 (両立支援担当)

fukiko-onoda@honbu.johas.go.jp

中山 篤 (メンタルヘルス担当)

atsui78natsu@gmail.com

菅野 由喜子 (メンタルヘルス担当)

yukikan28@gmail.com