

NPO 法人 北海道勤労者安全衛生センター HP: <http://www.hokkaido-osh.org/index.html>**再掲載 「全国産業安全衛生大会・札幌」 9 月 16 日(水)～18 日(金)**

- 主催 中央労働災害防止協会  
 ■後援 連合、連合北海道ほか北海道、札幌市など  
 開催詳細は、URLからご覧ください。  
 札幌大会URL→ <https://jisha-taikai2026.com/>  
 ■同時開催



**来場方法 (Webでの簡単登録!)**

STEP 1 緑十字展2026特設サイトより事前来場登録  
 STEP 2 入場証をA4サイズ・カラーでプリントアウトして会場にご持参  
 STEP 3 入場証を会場入口にあるホルダーに入れ、見えるように着用して入場

ご注意ください 全国産業安全衛生大会へご参加の方も別途緑十字展の来場登録が必要です。複数名でご来場の際はお一人ずつ個別にご登録ください。

**交通アクセス**

電車でお越しの方  
 JR千歳線 札幌駅 徒歩10分  
 新千歳線 札幌駅 徒歩10分  
 バスでお越しの方  
 札幌市バス 中央バス 栄町・豊栄線(第21) 徒歩10分  
 栄町・豊栄線(第20、第23) 徒歩10分  
 栄町・豊栄線(第21) 徒歩10分  
 栄町・豊栄線(第20) 徒歩10分

全国産業安全衛生大会の一部会場～緑十字展無料シャトルバスを運行!

9/16(水) 北海道庁庁舎⇄つどーむ(20分間隔・片道約30分)  
 9/17(木)・18(金) 札幌コンベンションセンター⇄つどーむ(15分間隔・片道約25分)

主催・お問合せ先 中央労働災害防止協会 教育・安全推進部 緑十字展担当 TEL: 03-3452-3343  
 協力 公益社団法人北海道労働基準協会連合会 協賛 日本労働災害防止推進会  
 ※たくさんのご来場もお待ちしております。詳細は特設サイトをご覧ください。

**「新しい安全保護具を導入したい」「熱中症対策やDX 機器の最新情報を知りたい」**

そんなとき、カタログやインターネットだけでは分からないことも多いのではないのでしょうか。

安全衛生に関する最新の製品・技術・サービスを一度に見ることができる貴重な機会です。

今回は、獣害・氷雪対策に役立つ製品が展示されます。融雪装置や光と音でクマを遠ざける機器などが展示されます。また、道内の企業の熱中症対策も紹介されます。

総数 200 を超える企業団体が出展予定です。

**参加は無料ですが、****事前登録が必要となります。**

- ① 特設サイトより事前来場登録をする
- ② 各自、入場証を A4 サイズ・カラーでプリントアウト
- ③ 会場でホルダーをもらい入場証を入れて入場

**緑十字展**の特設サイトは URL から! <https://a16.hm-f.jp/cc.php?t=M1122265&c=7318&d=e0ac>

**NEW「全道セーフティネットワーク集会」で「うつ病・うつ状態」の人への対応を学習 ⑨最終****参加者からの感想**

- ① 労組役員の中にも適応障害になって休職する人が増えています。貴重な講演でした。
- ② 傾聴が大事だとわかった。職場で「躁うつ病」の人で「そう状態」の時の対応が非常に苦労した。受診を勧めたが「無双状態」で「自分は問題ない」と言われ人間関係が崩れた。

前回は、「新型うつ病」について、若い人に多く「こだわりがあって負けず嫌い、自己中心的」で、自分の好きな活動では元気に、仕事や勉強では調子が悪くなる

### 参加者からの感想のつづき

- ③ うつ病の人への対応について理解することができた。
- ④ メンタルヘルス対策で救われる人がある一方で、悪用する人の「逃げ場・働かない口実」となり、人手不足の職場では責任感・忍耐力のある人が残り、「弱音」も吐けずに苦悩している。
- ⑤ 子どもの友人に新型うつ病の人がいて、どう関わったらよいか悩んでいるので、若い人向けのセミナーがあっても良いと思います。
- ⑥ 身内に「自殺」した者がおり、今回の講演を感慨深く聞くことができた。SOS に気づいて早期に対応することが必要。
- ⑦ 職場に軽度のうつの人があり、注意点などを聴けて大変参考になった。精神科を受診することへの抵抗が少しでも減るような社会になってほしい。
- ⑧ 「うつ」は誰でも可能性があることがわかった。重症化する前の対応が大切とわかった。

全体で 30 人以上の感想をいただきました。ありがとうございました。

特徴があることをお伝えしました。今回は、最終回として「うつ病対応の基本」と「参加者からの感想」をお伝えします。

対応の基本は、「理解し、受け入れ、話を聞く」ことです。新型うつ病の人には傾聴を基本として対応しても大きな害にはならないとのこと、また新型うつ病は、「疲労感、倦怠感、回避と他者への非難、衝動的な自傷、軽い自殺念慮」があるので、そうかもしれないという人との対応には専門家に相談することが無難、ということです。

### 再掲載【サンプル動画】『10 月義務化！企業等に求められるカスハラ対策とは』 労働新聞社セミナー

講師：弁護士 中町誠法律事務所 中井 智子 さん 以下が無料公開部分(10 分程度)の内容です。

- 1 カスタマーハラスメントの現状
- 2 カスタマーハラスメントの法改正
- 3 カスタマーハラスメントの実務対応～マニュアル制定の留意点
- 4 カスタマーハラスメントに関する裁判例
- 5 カスタマーハラスメント対応に向けて

ぜひご覧ください(ログインしていただくと、全編視聴が可能です)。

[https://www.rodco.jp/movie/219367/?utm\\_source=nl&utm\\_medium=email&utm\\_campaign=0679n](https://www.rodco.jp/movie/219367/?utm_source=nl&utm_medium=email&utm_campaign=0679n)



### NEW「何度言っても直らない人」いませんか？ 職場づくりのコミュニケーションスキル ⑤

ビフォーアフター -5Sで安全・効率・ゆとりのある職場へ-



安全・安心の職場めざしたコミュニケーションのあり方・物事の伝え方についてお伝えしています。今回は、「片付けろ」だけでは人は行動に移すことができないことをお伝えしました。

今回は、「人は合理的より、習慣で行動する」こと、たとえば「片付けろ！」と言われても、使ったものを戻す場所が遠いとそのまま置きっぱなしになりがちとなることについてです。「気を付けろ！」というだけでは労災は減らすことは難しく、「正しい行動を自然ととれる環境」づくりが大切ということになります。工場では、①どこに何を戻すのか一目でわかる表示、②色分け・写真での表示、③よく使う物の取り出しやすい場所への配置、④使用する物のセット化、などがあり「習慣に結びつける行動」が大切です。また、「習慣化できている行動と忘れがちな行動のセット化」が重要と言われています。仕事に出かける時に、財布と鍵を探してしまいがちな人は、帰宅して靴

を脱ぐときに財布と鍵を保管する「箱」などを作り、必ず玄関に置いておくなどが具体例です。人は無駄な手間を省きたい、と考えるものです。正しい安全のための行動が面倒であれば、声掛けを繰り返しても中々定着しませんので、「正しい行動が簡単にできる」ことをめざして改善を進めることが必要となります。労働安全衛生広報 8/15 より。【つづく】

## お知らせ 東京都産業局のハラスメント防止動画があります

企業・団体で活用の検討を！



こちらから [https://www.nohara.metro.tokyo.lg.jp/?yj\\_r=6e&ly\\_c=186cbe67-4ef8-489f-9873e4ab82463660&ly\\_r=110&ly\\_src=da](https://www.nohara.metro.tokyo.lg.jp/?yj_r=6e&ly_c=186cbe67-4ef8-489f-9873e4ab82463660&ly_r=110&ly_src=da)

## 再掲載「9月10日は世界自殺防止デー」ひとりで悩まないで 働く人の電話・SNS相談 9/11

「働く人の相談室」とは、世界自殺予防デーに合わせて実施する電話と SNS による相談室です。仕事、人間関係、生活に関わる悩みを抱える働く方、その周りの方を対象に 9/11(金)の 10 時から 22 時まで全国どこからでも無料で相談することができます。「認定相談員」の方が親身に話を聞いてくれます。

会員組織のみなさんにはチラシ(右図)を発送しました。組織内での相談室開設の周知をよろしくお願いいたします。

日本の自殺者数は、1978 年の統計開始以来、2025 年に初めて年間 2 万人を下回り、19,097 人(暫定値)となっています。特に 40 代から 60 代の中老年男性の自殺者数は減少傾向にあります。しかし深刻化する「若年層と女性の孤独」の問題は依然として改善されていません。さらに、小中高生の自殺者数は 532 人と、過去最多を更新しています。大人社会が数字上の改善を見せる一方で、子どもたちの世界では孤独と絶望が深まっていると言われています。

10 代 20 代の死因の第一位が自殺となっており、G7 諸国の中でも日本が際立って高い水準にあります。

## NEW「働く女性の健康を考える」

睡眠とメンタルヘルスについて

国際的に見ても短い睡眠時間！米国女性は約 9 時間！日本女性が約 7 時間 30 分

「働く女性の健康」については、以前にもシリーズで取り上げたことがありました。女性の更年期症状と仕事の関係などを説明してきましたが、この時期、猛暑・酷暑で睡眠不足という人もいるのではないのでしょうか。からだの調子「不調」と密接に関係している「睡眠」について、女性の健康維持の観点から取り上げていきます。働く者にとって睡眠は単なる休息ではなく、心身を回復させ日中のパフォーマンスを維持するための柱となります。特に女性の場合、月経周期や妊娠・出産、更年期などライフステージによって睡眠状態が変化しやすいという特徴があります。

最近、「よく眠れていない」「寝ても疲れがとれない」と感じている人はいませんか？日本人の睡眠時間は国際的に見ても短いことが知られています。OECD の比較では、日本は男女とも平均睡眠時間が短い国で、「働く世代」はその傾向が顕著となっています。日本(総務省調べ R3 年)の平均睡眠時間は、男性【466 分/日】、女性【457 分/日】であり、米国(OECD 調査 2019 年)は男性【524 分/日】、女性【538 分/日】と比較すると女性では 81 分/日もの差があります。こうした背景には、働く世代の女性の長時間労働や通勤時間に加え、家事や育児、介護などを担っており、自身の休息や睡眠を後回しにしがちであることが考えられます。そのため、慢性的な疲労や集中力の低下を抱えながら働き続けているケースが多いと考えられます。【つづく】



## お知らせ 北海道勤労者安全衛生センターの労災防止研修用 DVD(無料)ライブラリー

北海道安全衛生センター所有 DVD 一覧(PDF)

100 本を超える DVD があります。

申込は [safety@rengo-hokkaido.gr.jp](mailto:safety@rengo-hokkaido.gr.jp)

会員組織でなくても無料でお貸します

企業・団体での研修会講師の依頼・相談も無料ですので当センターに気楽に相談を！

### ■ 中 | 災 | 防 | 技 | 術 | 支 | 援 | 部 | 情 | 報 |

令和 8 年度の研修・セミナーの開催日程もホームページに掲載しています。詳しくは、各研修等のページをどうぞご確認ください。 <https://www.jisha.or.jp/seminar/oshms/index.html>

<安全衛生団体>

■ 中央労働災害防止協会 <http://www.jisha.or.jp/>

■ 厚生労働省ホームページ [https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_40277.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_40277.html) に掲載。

■ 北海道安全衛生サービスセンター <http://www.jisha.or.jp/hokkaido/>

■ 安全衛生情報センター <http://www.jaish.gr.jp/index.html>

■ 労働科学研究所 <http://www.isl.or.jp/>

■ 労働者健康安全機構 <https://www.johas.go.jp/>

■ 労働安全衛生総合研究所 <https://www.jniosh.johas.go.jp/>

■ 北海道産業保健総合支援センター（産保センター） <http://www.hokkaidos.johas.go.jp/>

■ 職場のあんぜんサイト (mhlw.go.jp)

■ 労働調査会 <https://www.chosakai.co.jp/>

■ 日本産業カウンセラー協会北海道支部

[一般社団法人日本産業カウンセラー協会北海道支部 \(counselor.or.jp\)](http://counselor.or.jp)

【必見】「働く人の悩み相談室」開設中！しております。詳しくは [こちら](#) から お申込み・お問い合わせは下記までご連絡下さい。▼ご予約は電話：011-209-7000(平日 9 時～17 時 ※土日祝日はお休み) メール：[sapporo@counselor.or.jp](mailto:sapporo@counselor.or.jp)(当日をご希望の方はお電話での受付になります。)

○ 個人の方へ | カウンセリングのご相談 | 一般社団法人日本産業カウンセラー協会 北海道支部 (counselor.or.jp)

○日本産業カウンセラー協会 <http://www.counselor.or.jp/>

## <行政>

- 厚生労働省 <http://www.mhlw.go.jp/>
- 厚生労働省 北海道労働局 <https://jsite.mhlw.go.jp/hokkaido-roudoukyoku/>
- 北海道 <https://www.pref.hokkaido.lg.jp/>
- こころの耳（メンタル専用サイト） <http://kokoro.mhlw.go.jp/>

「事例紹介」に検索機能を追加しました。

### [こころの耳 Q&A](#) | [こころの耳:働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト \(mhlw.go.jp\)](#)

- パワハラポータルサイト「明るい職場応援団」 <https://www.no-harassment.mhlw.go.jp/>
- アスベスト情報 <http://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/sekimen/index.html>
- 独法 労働政策研究・研修機構（JIL） <https://www.jil.go.jp/>
- いじめ・メンタルヘルス労働者支援センター（IMC） <http://ijimemental.web.fc2.com/index.html>

## <おすすめHP>

- [ガン情報 がん対策情報センターについて](#)
- [がんと仕事のQ & A](#)
- 過労死防止学会 <http://www.jskr.net/>
- 全国過労死を考える家族の会 <http://karoshi-kazoku.net/>
- 日本アドラー心理学会 <http://adler.cside.ne.jp/index.html>

**NEW** ■ 安全スタッフ <https://www.rodco.jp/kytsheet/>

安全スタッフ電子版の人気コンテンツ『KYTシート』安全教育動画の紹介 危険予知訓練に活用を  
〒060-0004 札幌市中央区北4条西12丁目 ほくろうビル 5F

事務局長理事 木下真一 TEL 011-272-8855 [safety@rengo-hokkaido.gr.jp](mailto:safety@rengo-hokkaido.gr.jp)

**お知らせ** [こくみん共済coopと北海道労働金庫の新しいキャンペーンを紹介します](#)



たすけあいの輪をむすぶ  
**こくみん共済** 北海道推進本部  
全国労働者共済生活協同組合会 coop

「こくみん共済 coop」は営利を目的としない保障の生協として共済事業を営み、相互扶助の精神にもとづき、組合員の皆さまの安心とゆとりある暮らしに貢献することを目的としています。この趣旨に賛同いただき、出資金を払い込んで居住地または勤務地の共済生協の組合員となることで各種共済制度をご利用いただけます。

お誕生日を迎えるお客さまへの特別なプラン

## バースデー+プラス+定期預金

給与・年金のお受取りは、〈ろうきん〉がお得です！

お誕生月のお客さま

3年もの定期預金 **プラス**  
店頭表示金利 **年 0.05%**

お誕生月のお客さま

給与振込 または  
公的年金の受取り指定で **プラス**  
3年もの定期預金  
店頭表示金利 **年 0.10%**

誕生日を迎えられるお客さまが、新たなご資金でお預け入れいただくと、定期預金の金利が上乗せされます。詳細はこちらをご確認ください。



● ご利用いただける方 ……お誕生月にお預け入れいただける個人のお客さま  
※ATM・ろうきんダイレクト（インターネットバンキング）でのお預け入れはできません。

● 預入金額 ……………1万円以上1,000万円以内  
※新たな資金での定期預金お預け入れが対象となります。  
※1預入金額は、1,000万円未満となります。

● 預入期間 …………… 3年

● その他 ……  
●お申し込み時点で当金庫への給与振込または公的年金受取り実績がなくても、当金庫へ受取口座指定済みであることが確認できる書類のご提出で、上乗せ金利年0.10%の対象となります。  
●金利は税引前であり、受け取るお利息については、復興特別所得税が付加され、20.315%の税金がかかります。  
●上乗せ金利は毎年度見直しとなります。最新の上乗せ金利につきましては〈ろうきん〉へお問い合わせください。  
●店頭に商品概要説明書をご用意しています。

※この内容は2025年4月1日現在のものです。

北海道ろうきん  
コールセンター



0120-5-109-26

ご利用時間／AM9:00～PM5:00 土・日・祝日、年末年始は休業します。

使える情報満載！〈北海道ろうきん〉ホームページをご覧ください。

北海道ろうきん

検索

<https://www.rokin-hokkaido.or.jp>

