Rotary 第2820地区
Tsuchiura South Rotary Club Weekly Report 編集 土浦南RC会報委員会

土浦南ロータリークラブ 週報

帆曳船

会長 伊東 和幸　幹事 説田 賢哉
■ 例 会 場　L'AUBE kasumigaura TEL.029-875-8888
■ 例会日時　火曜日　12:30～13:30
■ 事 務 局　土浦市真鍋 1-2-6 金塚ビル 3F TEL 029-823-4524 FAX 029-869-9006
■ ホームページ　http://tsuchiura-south-rc.com
■ Eメール　t_minami@lapis.plala.or.jp

2022～2023年度
国際ロータリーテーマ

イマジン ロータリー

2023 年 2 月 21 日　23 号

2023 年 2 月 7 日　第 1 例会報告

地区 HP　地区行事予定

1．点　　鐘　　伊東和幸会長
2．国歌及びロータリーソング斉唱（黙唱）
　君が代・奉仕の理想
3．会長挨拶　　伊東和幸会長
4．米山記念奨学生紹介及び奨学金授与
5．幹事報告　　説田賢哉幹事
6．2 月お誕生日の会員及び配偶者のご紹介
　　親睦活動委員会
7．委員会報告
8．ニコニコＢＯＸの発表　　山口裕由副ＳＡＡ
9．会員卓話　　塚原靖二会員
10．出席状況報告　　出席委員会
11．点　　鐘（のみ）　　伊東和幸会長

（司会進行：井坂雄祐ＳＡＡ）

本日のプログラム
物江学会員によります会員卓話でございます。

次週のプログラム
2 月 28 日(火)の例会は，つくば国際大学東風高等学校インターアクトクラブの活動報告です。

出席状況

会員数	出席数	出席免除	出席率	全員出席卓	3 名以上欠席卓	メークアップ	出席訂正率
名	名	名	%	卓	卓	名	%
85	64	8	76.19	1・3・4・7 10・15・16	11・17	4	80.95

【会長挨拶】

皆さま，こんにちは。

新年度，早くも２月に入り今月 12 日(日)石岡プラザホテルで行われるＩＭから始まり，地区補助金を活用してのりんりんロード整備事業，職業奉仕委員会による優良事業所訪問，マイロータリー登録の向上。そして，会員の増強です。特に会員増強はなかなか難しく，色々と取り組みを行っていますが，中々結果が伴わっておりません。そこで，皆さまにお願いがございます。お知り合いにロータリークラブに興味がある方がいらっしゃれば是非ご紹介をお願い致しまして２月の会長挨拶と致します。ありがとうございました。

【米山記念奨学生紹介及び奨学金授与】

【委員会報告】

ロータリー情報委員会　　高　野　和　彦　副委員長

３月 14 日(火) 13:40 ～14:40 まで例会終了後L'AUBE ３階「オーシャン」にて行ないます。特に，入会５年未満の方は出席をお願い致します。今回は規定審議会があり，変更点がございますので興味のある方は５年以上でもご参加ください。

公共イメージ IT 委員会　　吉　田　正　一　委員長

本日はゴルフの案内ではありません。当委員会で MY ROTARY の登録代行を致しますのでご希望の方は承諾書の提出をお願い致します。もちろん, ご自身で登録されても構いません。現在登録率が 20％代ですので 100％を目指して頑張りますので宜しくお願い致します。

親睦活動委員会　　横　山　恭　教　委員長

地区大会記念ゴルフ大会の案内です。4 月 17 日(月)筑波カントリークラブで開催します。参加される方は３月７日(火)までに申し込みを宜しくお願い致します。

青少年奉仕委員会　　片　岡　　哲　委員長

今年度地区のライラセミナーが，3/11-12 に，つくば市豊里「ゆかりの森」で開催されます。参加申込みは３月３日までとなります。参加希望の方は，私か，もしくは事務局まで連絡をお願い致します。

環境保全委員会　　勝　田　達　也　委員長

りんりんロード清掃の案内です。日時は３月 18(土)午前 10 時からです。集合場所及び駐車場は延増興産第５駐車場です。大勢の皆さまのご参加をお待ちしております。宜しくお願い致します。

雑誌委員会

柴　沼　博　之　委員長

２月は，平和構築と紛争予防月刊です。23 日は，ロータリー創立記念日です。

４ページ…ＲＩ会長メッセージ「女児のエンパワーメントは，公平性以上の事をつくりだす」ということで，難民居住地の女児たちの厳しい現実もあるが，女児や女性のポテンシャルが発揮できるように活動していくことの大切さが述べられています。

６ページ…2 月 23 日・ロータリー創立記念日に 1905 年創始者のポール・ハリスが友人 3 人と初めて会合を開いた記事。

８ページ…『友』創刊 70 周年特別企画　平和構築と紛争予防月刊　AFP 通信フォトグラファー・千葉康由氏。

20ページ…日本で 2 番目に創立した大阪ロータリークラブが創立 100 周年記念式典。

22ページ…10/24 世界ポリオデーに因み日本各地でポリオ根絶の取り組み -- 下館工業高校ＩＡＣの記事が掲載。

30ページ…発酵食品の記事ですが，私の実家が酸造業という事もあり興味深く読みました。

41ページ…国際大会についての記事。

58ページ…奉仕活動で博士号取得という事で，パストガバナーの新井和雄様の投稿文が掲載。

60ページ…水戸の歯科医師の牧厚志先生の投稿文が掲載。

68ページ（縦組み 9)…「この人訪ねて」明治 3 年から続く老舗包丁店の社長，奈良ＲＣの柳澤育代さんの紹介記事です。

73ページ（縦組み 4)…SPEECH セブン銀行特別顧問・東洋大学理事安齋隆さん『人との出会い他者のために生きる』昨年 4 月の第 2530 地区の二本松ＲＣ 60 周年記念講演の要旨です。

最後の裏表紙, 俳句作品募集中とあります。締め切りは 2/28 です。俳句などされている方は，是非ご応募して下さい。

【会員卓話】

土浦厚生病院 院長　塚　原　靖　二　会員

本日は職場のメンタルヘルスとしてメンタル不調の理解と対応についてお話しさせて頂きます。心の問題を抱えて，職場での仕事が出来なくなってしまう方が大変増えております。企業の中でも社会の中でも大変問題になってきています。その辺についてお話をしたいと思います。どうぞ宜しくお願い致します。

本日の卓話は，ストレスとストレスによって引き起こされる様々な疾患，病気についてです。それから，メンタル不調の場合の予防をどうしたらいいか，そしてメンタル不調で休職に追い込まれてしまった場合の対応，休職の方の復職，仕事に復帰するのはどうしたらいいか，その辺についてお話をさせて頂きます。

職場のメンタルヘルス

ーメンタル不調の理解と対応ー

2023. 2. 7
土浦南RC　卓話
土浦厚生病院　院長
塚原　靖二

土浦厚生病院　昭和36年　開院

急性期治療病棟　　40 床
精神科療養病棟　　240 床
（計　280床）
外来　月～土　7診療室・相談室
作業療法施設　　タンポポ
精神科デイケア　アップルハウス
精神科デイナイトケア　くるみの里
訪問看護ステーション　ひまわり
グループホーム　オアシス　20床

シルバーケア土浦（介護老人保健施設）

平成9年開設

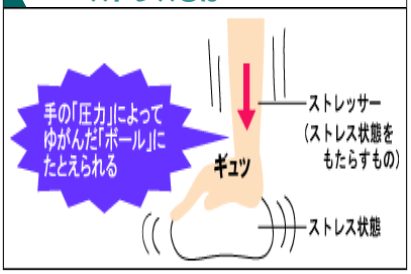
一般棟　　50床
認知症専門棟　50床
（計100床）
通所リハビリ　20名
短期入所
介護相談・地域連携室

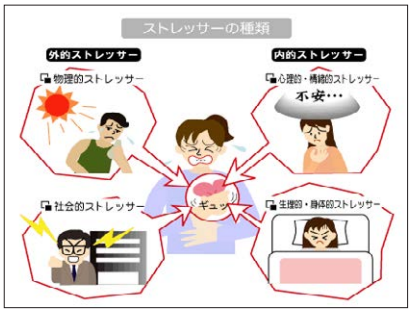
本日のお話し

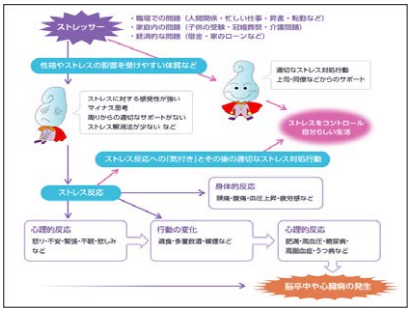
＊ストレスとは？
＊ストレス関連疾患とは？
＊メンタル不調の予防
　　ストレスチェック制度

＊休職者への対応は？
＊復職プログラムとは？

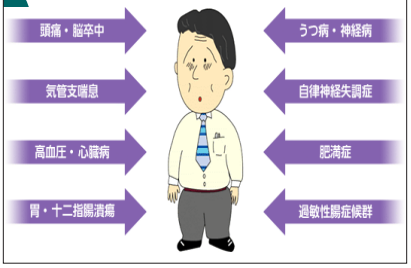
ストレスとは？







ストレスによる病気



メンタル不調の予防
ー ストレスチェック制度 ー

平成26年6月公布　平成27年12月実施
「労働安全衛生法の一部改正」

目的
労働者のストレス状態の把握
自身のストレスへの気づきを促す
メンタル不調になることを防止

実施方法

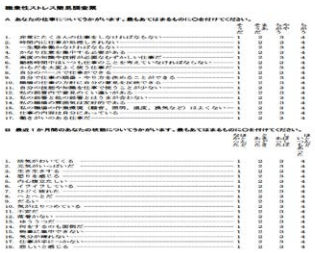
第66条10

従業員５０人以上の事業者は労働者に対し、医師・保健師等によるストレスチェック検査を行わなければならない。

実施方法

第52条9
事業者は　常時使用する労働者に対し、一年に一回定期的にストレスチェック検査を行わなければならない。

1　職場における心理的な負担
2　ストレスによる心身の自覚症状
3　他の労働者による支援状況



面接指導

第66条10
事業者は　申出のあった高ストレス者に対し、医師による面接指導を行わなければならない。

事業者は、該当する者について、労働時間・労働密度・深夜労働・職場環境についての情報を医師に提供すること

医師の意見聴取

第52条19
事業者は　面接指導の結果および就業上の必要措置について遅滞なく意見聴取を行わなければならない。

○通常勤務
○就業制限　時間短縮、残業制限、配置転換など
○休業措置
○職場環境改善に関する意見

管理者が注意すべき事項　禁止事項

○以下の事項で労働者に不利益な取り扱いは禁止
　ストレスチェックを受けないこと
　ストレスチェックの結果を知らせないこと
　医師による面接指導を受けないこと

○面接指導の結果を理由に　解雇・退職勧告・不当な動機による配置転換・職位変更は禁止

まとめ

ストレスチェック実施	毎年１回
本人への結果通知	医師から通知
本人からの面接指導申出	１ヶ月以内
医師による面接指導	１ヶ月以内
医師からの意見聴取	１ヶ月以内
事後措置	

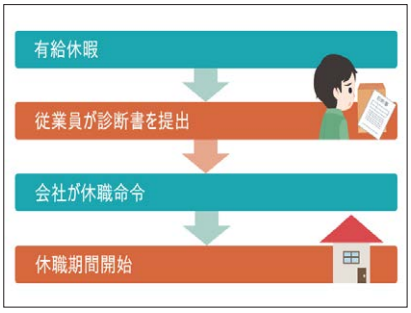
労働基準監督署への報告

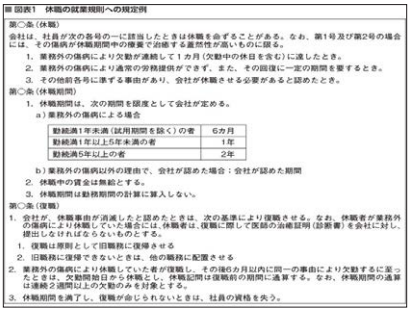
第52条21
５０人以上の労働者を使用する事業者は年１回、ストレスチェック報告書を提出しなければならない。

報告内容
実施者（医師等）
労働者数、検査実施者数、面接指導者数

休職への対応

○ 家族の同意
○ 休職診断書の提出（精神科・心療内科）
　　⇓
○ 産業医の診察・意見書（産業保健センター）
　　⇓
○ 休職　発令
　有給休暇⇒　傷病休暇　（傷病手当金　6割）
＊就業規則の確認　有給休暇期間？
　　休職可能期間？





■ 別表1　休職の就業規則への規定例

第○条（休職）

会社は、社員が次の各号の一に該当したときは休職を命ずることがある。なお、第1号及び第2号の場合には、その傷病が休職期間中の療養で治癒する蓋然性が高いものに限る。

1. 業務外の傷病により欠勤が連続して１カ月（欠勤中の休日を含む）に達したとき。
2. 業務外の傷病により通常の労務提供ができず、また、その回復に一定の期間を要するとき。
3. その他前各号に準ずる事由があり、会社が休職させる必要があると認めたとき。

第○条（休職期間）

1. 休職期間は、次の期間を限度として会社が定める。

a）業務外の傷病による場合

勤続満1年未満（試用期間を除く）の者	6カ月
勤続満1年以上5年未満の者	1年
勤続満5年以上の者	2年

b）業務外の傷病以外の理由で、会社が認めた場合：会社が認めた期間

2. 休職中の賃金は無給とする。
3. 休職期間は勤務期間の計算に算入しない。

第○条（復職）

1. 会社が、休職事由が消滅したと認めたときは、次の基準により復職させる。なお、休職者が業務外の傷病により休職していた場合には、休職者は、復職に際して医師の治癒証明（診断書）を会社に対し、提出しなければならないものとする。
   1. 復職は原則として旧職務に復帰させる
   2. 旧職務に復帰できないときは、他の職務に配置させる
2. 業務外の傷病により休職していた者が復職し、その後6カ月以内に同一の事由により欠勤するに至ったときは、欠勤開始日から休職とし、休職記間は復職前の期間に通算する。なお、休職期間の通算は連続２週間以上の欠勤のみを対象とする。
3. 休職期間を満了し、復職が命じられないときは、社員の資格を失う。

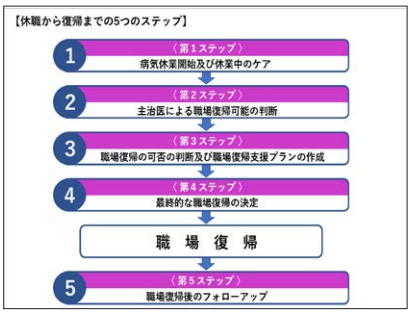
休職中のフォローアップ

＊有給休暇の消化、休職期間、休職中の給与
　次回診断書の提出等について説明

＊定期連絡体制　選任担当者の決定

＊産業医面接　or 産業保健センター面接

＊こころの問題で休業した労働者の職場復帰
　支援の手引き（厚生労働省ホームページ）



休職中のNG行動

○SNS依存
○副業
○自己判断の断薬・減薬
○飲酒・たばこ・カフェイン
○大きな決断

休職⇒復職　プロセス

○ 休息期（1～2ヶ月）　療養に専念　食事・睡眠

○ 回復期（1～2ヶ月）　体力・意欲回復
　小さな目標達成⇒自信回復
　リワークプログラム
　リハビリ出勤

○ 復職後（1～3ヶ月）　ならし出社　時短勤務

復職面談

○ 復職診断書　（家族の同意）
　⇓
○ 産業医　意見書
　⇓
○ 復職許可　業務内容　業務時間
　残業・出張の可否

＊定期面接　復職後、半年間
　ストレスチェック

まとめ

○ メンタル不調対策の充実 ⇒社員の心の健康

○ 休職⇒復職システム　⇒愛社精神、人材確保
　心の病への差別解消

○ 職場のメンタルヘルス⇒「健康経営」
　企業価値、信頼性向上

ご清聴ありがとうございました。