

日本産業衛生学会

産業疲労研究会 会 報

2019 年 5 月発行

編集・発行 産業疲労研究会

世話人 岩根 幹能、久保 智英、佐々木 司、庄司卓郎

城 憲秀、塚田 月美、松元 俊（代表世話人）、水谷 聖子、山下真紀子、劉 欣欣

研究会ホームページ <http://square.umin.ac.jp/of/index.html>

巻頭言 求められる外国人労働者増加に伴う多文化共生と産業疲労の未来図

水谷 聖子

日本福祉大学看護学部



2019 年度 4 月は、人びとの生活や仕事にかかわるさまざまな制度の変更に加え、元号もかわった。働き方に関しては、『高度プロフェッショナル制度の導入』、『年次有給休暇、企業に取らせる義務』、『残業時間の罰則付き上限規制の導入』、『勤務間インターバル制、努力義務化』、『改正出入国管理法施行』などである。

『年次有給休暇、企業に取らせる義務』は、最低年 5 日以上年次有給休暇を働き手に取らせることが義務づけられる。『残業時間の罰則付き上限規制の導入』では、上限は原則「月 45 時間」、忙しい月も「月 100 時間未満（休日労働含む）」とし、これを超えて働かせた場合は罰金が科せられ、中小企業も 2020 年 4 月から導入される。『勤務間インターバル制、努力義務化』は、仕事を終えて次に働き始めるまでに一定の休息期間を確保する制度導入は、企業の努力義務である。『改正出入国管理法施行』では、新設された在留資格「特定技能」によって、建設、外食など人手不足の 14 業種に最大 34 万人の受け入れを見込んでいる。

外国人労働者の受け入れの歴史を振り返ると、製造業などの人手不足を背景に 1990 年からブラジル、ペルーなどから多くの日系 2 世、3 世とその家族が来日し働くようになった。平成 30 年 10 月末現在、日本で暮らす外国人は 264 万人のうち労働者は約 146 万人で、技能実習生や留学生の資格で働く人も少なくない。

外国人の技能実習制度の運用状況を調べる法務省のプロジェクトチームの調査結果が 2019 年 3 月 29 日発表された。2012～17 年の 6 年間に死亡した実習生は 171 人であった。死因は実習中の事故 28

人、病死 59 人、自殺 17 人で、43 人について法務省は今回の調査まで把握していなかった。また、2017 年 1 月～18 年 9 月に失踪し摘発された実習生 5,218 人のうち 759 人が最低賃金割れなどの労働法令違反を含む不正な扱いを受けていた。

国際労働機関(語: International Labour Organization : 以下、ILO とする。)は、1919 年 4 月に結成されてから 100 年を迎える。ILO は、『政府』『労働者』『使用者』の代表が共同で政策とプログラムを決定する唯一の「三者構成」による国連機関である。ILO が採択した条約や勧告は国際労働基準となり、労働者の人権を守り、貧困と格差の解消に重要な役割を果たしてきた。1944 年に採択されたフィラデルフィア宣言における根本原則は、①労働は商品ではない。②表現及び結社の自由は、不断の進歩のために欠くことができない。③一部の貧困は、全体の繁栄にとって危険である。④全ての人間は、人種、信条又は性にかかわらず、自由及び尊厳並びに経済保障及び機会均等の条約において、物質的福祉及び 精神的発展を追求する権利をもつ、である。

ILO は、世界中のすべての人が、自由、公平、安全、人間としての尊厳が確保された条件のもとで Decent work (働きがいのある人間らしい仕事) の機会を促進することを使命としている。2015 年に国連で採択された「持続可能な開発目標」の開発目標 8 は、「包摂的かつ持続可能な経済成長及び生産的な完全雇用と Decent work をすべての人に推進する」を目指し、持続可能な開発の達成に向けた Decent work の重要性を示している。日本は常任理事国であるが、労働者保護に関わる重要な条約〔1 号条約 (一日 8 時間・週 48 時間制)、47 号 (週 40 時間制)、132 号 (年次有給休暇)、140 号 (有給教育休暇) など〕が未批准である。

外国人労働者を取り巻く在留資格「特定技能」は、外国人労働者の受け入れ拡大が目的である。特定技能の 1 号資格は、①技能水準などを図る試験、②14 分野共通の日本語試験の両方に合格、③約 3 年間の技能実習の経験のいずれかをパスすることが求められる。日本語は日常生活レベルが必要であり、今年度は技能実習生からの移行で 6 割を見込んでいる。「特定技能」の資格の一部では、家族の帯同ができる。外国人労働者に対して、適切な産業保健環境からは懸け離れている可能性、家族が帯同できた場合の不十分な教育や医療体制など制度ありきで始まったひずみが露呈している。時間管理の手法が定着し、残業時間の上限を超えない体制はもとより、本当に必要な労働時間、仕事量、仕事の質を見直す PDCA を実施する仕組みづくりが求められる。真の働き方改革を問うていく必要がある。

産業疲労研究会は、1951 年に日本産業衛生協会の産業疲労委員会として発足し、1972 年より現在の名称となった。日本産業衛生学会にある研究会の中でも長い歴史を持つ研究会である。2019 年度第 92 回日本産業衛生学会 (名古屋) では、「外国人労働者の健康と生活」をテーマに、在日外国人労働者が生活や労働で直面する、職業関連性の健康課題、労働生活・日常生活の中で発生する課題、医療保健分野や生活部面での困難などを明確にし、まずは、多文化共生と産業疲労の未来図を描きはじめたいと思う。

活動記録

(2018年度)

研究会の年間活動計画に則り以下の通り事業を行った。

1. 自由集会の開催

2018年5月の第91回日本産業衛生学会（熊本）において、自由集会として第88回定例研究会を開催した。「作業員の安全意識の構造とその評価」について世話人である庄司氏（産業医科大学）より話題提供が行われた。

2. 定例研究会の開催

第89回定例研究会を2018年12月15日に大原記念労働科学研究所（東京）で開催した。一般演題は5題の発表があり、シンポジウム「フレキシブルな時間と場所で働けることの是非一つながらない権利について考える」を行った。シンポジウムは、今村氏（電通国際情報サービス）「生産性向上と多様性の尊重の両立による働き方改革の取り組み」、細川氏（労働政策研究・研修機構）「フランスにおける『つながらない権利』をめぐる動向と、労働時間法に投げかけられた課題について」、久保氏（世話人、労働安全衛生総合研究所）「労働者の疲労研究の視点から『つながらない権利』について考える」の発表が行われた。

3. 公募シンポジウムの企画

第92回日本産業衛生学会（2019年5月、名古屋）に、シンポジウム「働き方改革が労働者へもたらす影響」を企画・応募し採択された。働き方改革による職場の健康安全への影響と課題について、労働者、企業、研究者それぞれの視点と取り組みに関する話題を提供する。労働者からは漆原氏（連合）、企業からは今村氏（電通国際サービス）、研究者からは世話人である久保氏、劉氏（労働安全衛生総合研究所）が発表を行う予定である。

4. 会報の発行と研究会HPの運営

2018年5月に産業疲労研究会会報第24号を発行した（年1回）。研究会ホームページ上では、①これまでのすべての会報、②研究会が発刊した産業疲労ハンドブック、③研究会作成による疲労自覚症状

を測定するための調査ツールおよび使用方法について公開と電子版の配布を行っている。

研究会ホームページ

<http://square.umin.ac.jp/of/index.html>

2018年度 会計収支報告

2019年2月28日現在

(単位：円)

収入	前年度繰越金	284,136
	本部補助金	0
	受取利息	2
	小計	284,138
支出	第89回定例研究会	
	講師謝金(2名)	60,000
	講師交通費(2名)	1,902
	会議費	11,200
	雑費	2,271
	学会への返納	5,685
	次年度繰越金	203,080
小計	284,138	
総計	収入ー支出	0



2018年度 活動報告

第88回定例研究会

日 時：2018年5月18日（土）14：55～16：25

場 所：熊本市民会館 2階 第6会議室

担当世話人：佐々木 司

参加者数：40人

プログラム

1. 総 会

- 1) H29年度事業実績
- 2) H29年度会計報告
- 3) H30年度事業計画
- 4) 世話人会からの報告その他

2. ワークショップ

【テーマ】「作業員の安全意識の構造とその評価」

【座長】佐々木 司（大原記念労働科学研究所）

【話題提供者】庄司卓郎（産業医科大学）

企画趣旨

第88回定例研究会は、産業医大の庄司卓郎氏が「作業員の安全意識の構造とその評価」という演題で話題を提供した。産業疲労研究会では、健康に関する話題が多いため、安全に着目した演題は少ない。しかし健康と安全はきっても切れない関係にあるため、今後もこのようなテーマの話題が増えることが望ましい。氏の課題は、「安全を測る」ということに尽きる。安全は、事故が行ないと認識ができにくい事象であるが、その認識できない事象を測るためには、どうすればよいかを自らの実験結果を用いて説明した。実験は、本人が自覚できない潜在的な意識が評価可能な Implicit Association Test（IAT; Greenwald ら、1998）とリスクテイクを測定する Balloon Analogue Risk Task(BART; Lejuez ら、2002)を用いたものであった。とくに最近の労働災害は、設備災害から人的災害へ変遷しているため、疲労やメンタルヘルスに原因が集約されるが、その基礎となる安全意識の個人特性を捉えることで達成できるとした。なお、庄司氏は、産業疲労研究会の世話人に就任した。

抄録

「作業員の安全意識の構造とその評価」

庄司卓郎
産業医科大学

作業現場において不安全行動に起因する事故が多く発生している。不安全行動の背景の1つに、作業員自身の安全への意識や関心の低さがあり、管理者は作業員の意識の高揚のために、安全教育の実施や安全文化の醸成に向けた工夫をしている。しかし、安全意識は持って生まれたものではなく、作業経験の中で身についたものであり、さらに作業内容やその日の心身状態によっても刻々と変化する。そのため、安全意識高揚のための対策がどの程度効果をあげているかを評価するのも困難である。そこで、今回、安全意識の評価方法について、現状や問題点などの話題を提供する。



第 89 回定例研究会

日時：2018 年 12 月 8 日（日）13：00～17：00

場所：大原記念労働科学研究所

担当世話人：久保 智英

参加者数：約 30 人

プログラム

1. 一般演題

【座長】岩根幹能（新日鐵住金株式会社）

劉 欣欣（労働安全衛生総合研究所）

- 1) 長時間労働時における正常血圧者と高血圧者の血行動態の比較：実験室実験による検討
池田大樹（労働安全衛生総合研究所）
- 2) 時間知覚に関する実験研究：経頭蓋直流電気刺激を用いた基礎的研究
小山冬樹（千葉大学大学院工学研究科）
- 3) 大学生のアルバイト就労が学業・疲労・健康に及ぼすリスク
高本真寛（横浜国立大学 教育学部）
- 4) 産業看護職のキャリアアンカーと属性との関連
久保善子（東京慈恵会医科大学医学部看護学科）
- 5) 労災復命書解析によるトラックドライバーの過労死状況
佐々木司（大原記念労働科学研究所）

2. シンポジウム

【テーマ】「フレキシブルな時間と場所で働けることの是非 - つながらない権利について考える」

【座長】松元 俊（労働安全衛生総合研究所）

久保智英（労働安全衛生総合研究所）

シンポジスト

- 1) 今村 優之（（株）電通国際情報サービス）
「生産性向上と多様性の尊重の両立による働き方改革の取り組み」
- 2) 細川 良（労働政策研究・研修機構 労使関係部門）
「フランスにおける『つながらない権利』をめぐる動向と、労働時間法に投げかけられた課題について」

3) 久保 智英（労働安全衛生総合研究所）

「労働者の疲労研究の視点から『つながらない権利』について考える」

企画趣旨

本研究会では、これまで研究会が主要な課題として取り組んできた勤務間インターバル制度が大きく注目されるようになった今、その先の問題を考える必要性を感じています。そこで、今回、働き方とは車の両輪である「休み方」について疲労回復という観点から、どのような休み方が疲労回復に適しており、仕事の生産性向上につながるのかについて議論する場を設けたいと考えております。

情報通信技術の発達に伴って、近未来の働き方としては、何時でも何処でも仕事につながる事ができる社会の到来が想定されます。本シンポジウムでは、その種の働き方のメリット、デメリットについて考えるとともに、フランスで施行されている勤務時間外での仕事の連絡やメール等を規制する「つながらない権利」に着目しています。そこで、当日は働き方改革を進める会社の良好事例の紹介に加えて、フランス労働法での労働時間の考え方や日本との違い、そして労働者の疲労回復という様々な視点から学際的にこの問題について議論したいと考えております。

抄録

<一般演題>

- 1) 長時間労働時における正常血圧者と高血圧者の血行動態の比較：実験室実験による検討
池田大樹¹、劉欣欣¹、小山冬樹^{1,2}、脇坂佳子¹、高橋正也¹
 1. 独立行政法人労働者健康安全機構労働安全衛生総合研究
 2. 千葉大学大学院工学研究科

本研究では、脳・心臓疾患のリスクファクターである長時間労働及び高血圧の相互作用を検討するため、実験室において 13 時間の模擬長時間労働環境を設け、高血圧者 (n = 13) と正常血圧者 (n = 21) の作業中の血行動態の変化を比較した。実験当日、参加者はベースラインとして 9:00 から安静時座位血行動態を測定した。その後、9:10 から 22:00 まで、課題 (VDT ; 45 分) と休憩 (約 10 分) からなるセッションを 12 回実施し (昼食、夕食時には 50～60

分の休憩時間を設けた)、VDT 作業終了前 5 分間の血行動態を測定した。各セッションの血行動態指標について、ベースラインからの変化量を算出し、群 (正常血圧・高血圧) ×セッション (S1 ~ S12) の ANOVA を行った。その結果、収縮期血圧に有意な交互作用が見られ、長時間労働の時間経過に伴い収縮期血圧が高くなること、その上昇率は高血圧群が大きいこと等が示された。このことから、長時間労働による循環器負担は高血圧者の方が高いことが示唆され、特に高血圧者は長時間労働を避けるなど、過重労働対策が必要であると考えられる。

2) 時間知覚に関する実験研究：経頭蓋直流電気刺激を用いた基礎的検討

小山冬樹 (千葉大学大学院 工学研究科)

時間知覚は、時間経過の把握や時間に関わる判断に必要な脳機能である。時間知覚を担う脳部位の一つとして、空間知覚や注意配分などにも関連する右後頭頂葉 (rPPC) の関与が指摘されており、rPPC の活動水準の変化が時間知覚に影響を与えることが報告されている。しかしながら、rPPC の活動水準と知覚される時間の関係についての解釈やそのメカニズムについては、十分に検討されていない。本研究では、それらの関連性についてより詳細に検討することを目的とし、経頭蓋直流電気刺激 (tDCS) と呼ばれる手法を用いて rPPC の活動水準の変化が時間知覚に与える影響を実験的に調べた。この結果、rPPC の活動水準を抑制すると時間長弁別閾が有意に低下することが明らかになった。これは、rPPC 活動水準の抑制によって注意の移動が抑えられた結果、時間に対する注意配分が高まったことにより、時間知覚のパフォーマンスが向上したものと考えられる。本研究により、ヒトの時間知覚に関する新たな知見が得られたとともに、時間知覚の評価方法や個人特性などの検討課題についても確認することができた。

3) 大学生のアルバイト就労が学業・疲労・健康に及ぼすリスク

高本真寛 (横浜国立大学 教育学部)

【目的】大学生のアルバイト就労による健康・学業生活へのリスク、および日々の疲労状態との共変関係に関する検討を目的とする。

【方法】リスク要因分析の対象者は 284 名と 324 名。

アルバイト就労事項と抑うつ、学業生活事項について回答を求めた。短期縦断調査の対象者は 2 週間調査が 20 名、4 週間調査が 80 名。1 日 1 回、就寝前にアルバイト就労の有無と勤務時間、昨夜の睡眠時間、疲労状態について回答を求め、調査開始前には健康状態と睡眠の質・量について回答を求めた。

【結果・考察】決定木分析によってアルバイト就労のリスク要因分析を行った結果、心理的負荷のかかる出来事の実験が抑うつのリスク要因となり、アルバイト就労による授業等の欠席や期末試験期間中のアルバイト就労が学業生活のリスク要因となっていた。続いて、階層線形モデルによってアルバイト就労と疲労との共変関係を検討した結果、睡眠時間と疲労との間に負の個人内共変関係がみられた。また、個人間レベルでは、疲労は睡眠の量と負の関連が見られ、睡眠の質と正の関連が見られた。これらの結果から、睡眠時間の確保よりも睡眠の質の確保こそが、疲労状態の把握や休息行動、学生生活の保護において重要であると考えられる。

4) 産業看護職のキャリアアンカーと属性との関連 久保善子 (東京慈恵会医科大学医学部看護学科)

【目的】産業看護職のキャリアアンカーおよび属性との関連を検討した。

【方法】1) 対象・方法：日本産業衛生学会の会員である産業看護職を対象とした。学会事務局がランダムサンプリングした半数 (745 人) を対象とし、無記名自記式質問紙調査票を郵送法にて配布・回収を行った (回収数 337 人 [45.2%]、有効回答数 325 人 [43.6%])。調査期間は 2015 年 5 月～6 月であった。2) 調査内容：①対象の属性、②一般労働者を対象としたキャリアアンカー尺度 (CASAS) (金井、40 項目、4 件法)、3) 分析方法：①CASAS の下位尺度である専門職能力 (TF)、経営管理能力 (GM)、自律・独立 (AU)、保障・安定 (SE)、起業家的創造性 (EC)、奉仕・社会貢献 (SV)、純粹挑戦 (CH)、生活様式 (LS) 別にリッカートスコアで得点化し、キャリアアンカースコアを算出した。②下位尺度得点と属性との関連を分析するために t 検定、一元配置分散分析および Bonferroni の検定を行った。③キャリアアンカー得点を従属変数とし、属性を説明変数として、重回帰分析、ステップワイズ法を行った。

【結果】産業看護職としての経験年数は平均年数 15.3±9.1 年、管理職 38 人 (11.7%) であった。キ

キャリアアンカー得点は高かった順に TF、LS、CH、SV、AU、SE、EC、GM であった。旧制度ではあるが、学会登録の産業看護師は TF 得点が高かった。また、大学院を卒業している者は GM、EC、CH の得点が高く、管理職の者は GM、SV 得点が高かった。婚姻・育児・介護といった私生活の背景と LS との関連は認められなかった。

【考察】TF 得点の高い者は、学会が運用している教育体系等を活用して、教育の機会が得られるように職場で支援していく必要がある。GM 得点が低く、管理職者も少ないため、産業看護職の管理的能力の開発は重要な課題である。

5) 労災復命書解析によるトラックドライバーの過労死状況

佐々木司、岩浅巧、酒井一博

((公財) 大原記念労働科学研究所)

運輸業、郵便業における過労死の予測および防止という目的を達成するために、2009年4月～2015年3月までの脳・心臓疾患の労災調査復命書465事例(トラック、タクシー、バス、船等を含む)を解析した。その結果、過労死(死亡)はどの業種も心臓疾患率が高く、過労障害(生存)は、脳疾患比率が高かった。被災者の被災月は、おおむね1月～3月の厳寒期と7～9月の猛暑期に高い二峰性の分布を示した。雇用年数では、2年以下か15年以上の被災率が高かった。トラック事例では事業場での被災、とくに荷扱い中に生じている特徴がうかがえた。過労死を防止する対策として、雇用後早期の健康診断の効果が共通に期待された。またトラックでは運行パターンを8パターンに分けることができ、それらの特徴による過労死比率を求めた。その結果、夜間運行などよりも早朝運行の過労死率が高かった。このメカニズムについては、レム睡眠はく奪による交感神経亢進が関係しているものと思われた。

<シンポジウム>

「フレキシブルな時間と場所で働けることの是非 - つながらない権利について考える」

1) 生産性向上と多様性の尊重の両立による働き方改革の取り組み

株式会社電通国際情報サービス ワークスタイルイノベーション室 WSI 推進部長 今村優之

【目的】当社が社会にとって必要な存在であり続けるために「生産性の向上」と「多様性の尊重」を両立させた長期的な視点からのワークスタイルの変革を推進し、社会や顧客に対してイノベーティブな価値を提供し続け、長期的に成長していく会社を目指す。

【方法】高いモチベーション、働きやすさ、成長実感等、社員が心身ともに良好な状況であることで一人ひとりが最大限に能力を発揮できるとの仮説のもと、「企業風土/文化」「制度」「職場環境(ハード/ソフト)」の観点で多面的に取り組みを行っている。

【結果】働きやすさや会社への満足度、成長実感が、取り組み開始時に比較し向上した。また、残業時間は前年比し減少傾向、休暇取得日数は増加傾向であり、光熱費、紙の消費量は前年比減少傾向である。

【考察】取り組みの目的が明確に定められずに、残業削減等のプロセス自体が目的化し、施策ありきの状態になっているという声も良く聞かれるが、社員がこうした活動を「自分ごと」として捉え、積極的に自らの成長に繋げていくためには、活動に対するトップのコミットメントや推進部門と現場リーダーとの良好な関係構築の他、包括的に組織課題を捉え、成果定義を明確にし、活動成果を「見える化」することが重要であると考えます。

【結論】個人によって「働き方改革」の捉え方は様々であり取り組む領域も多岐にわたるため、経営として成果を実感できるまでには一定の時間は必要であるが、適切な課題認識を行い、着実に活動を推進することにより、経営にとってポジティブな影響が生み出されている。

2) フランスにおける『つながらない権利』をめぐる動向と、労働時間法に投げかけられた課題について

(独) 労働政策研究・研修機構 労使関係部門 副主任研究員 細川 良

「つながらない権利(droit à la déconnexion)」という概念は、2002年にフランスの労働法学者 Jean-Emmanuel Ray により提起されたものであり、とりわけ近年の欧州において注目を集めている。フランスでは、2016年の「Loi Travail」と呼ばれる労働法改革の中で、「つながらない権利」を実現するための方策を労使が協議することが義務付けられた。この「つながらない権利」が注目を集める背景、お

よびその意義については、情報通信技術の発展が進む中で、労働者の健康、あるいはワーク・ライフ・バランスの実現を図ることにあると受け止められがちである。このような理解も誤りではないが、従来の長時間労働問題とその抑制策の文脈とは異なる新たな問題提起が存在することに留意すべきである。それは、第一に、情報通信技術の発展とあいまった働き方の「個別化」(労働者の『個人事業主』化)、第二に、労働時間概念における「場所的拘束」の意義の希薄化、そして第三に、労働の連続性と断続性や、労働密度の濃淡の変動を踏まえた上での、賃金支払の根拠としての「労働時間」概念と、健康管理のための「労働時間」概念の再構成である。これらの課題にどう対処していくかが、今後の労働時間法に向けられた課題である。

3) 労働者の疲労研究の視点から『つながらない権利』について考える

(独) 労働者健康安全機構 労働安全衛生総合研究所 産業ストレス研究グループ
上席研究員 久保智英

2017年1月よりフランスにおいて、勤務時間外での電子メールや電話でのやり取りを規制する「つながらない権利」が施行された。同様の法案はニューヨーク市等の他国においても広がりを見せていることから、情報通信技術(以下、ICT)の発展による何時でも何処でも無制限に仕事に繋がれることへの対応を社会が求めていることの現れとして、この動向を見てとることができる。産業疲労研究では、これまで休息、休憩、休日といった活動(仕事)から離れる場において疲労は回復に向かうものだと考えられてきた。しかし、物理的に仕事から離れるだけではなく(つまり、退社)、心理的にも仕事から離れることが重要であること(Sonntag et al. 2012)を考慮すれば、スマートフォンに代表されるICTは労働者から疲労回復の機会を阻害する方向で進化しているとも言えよう。とりわけ、就寝前における仕事関連のメールのやり取りは、使用するパソコンやスマートフォンから発せられるブルーライト等の光曝露や、メール内容によっては疲労回復に重要な睡眠の質を低下せしめることが指摘できる。一方、仕事と私生活の境界線を明確に保ちたい者に対して、仕事と私生活を一体化させて働きたい者も存在していることも確かである。先行研究でも、オフでの仕事関連のスマートフォン使用は、仕事と私生活の境

界線に対する嗜好性(Segmentation preference)の違いで、私生活に異なる影響として現れることが示唆されている(Derks et al. 2016)。産業疲労研究の視点からICTによる勤務時間外での仕事を考える際、仕事と個人の特性を検討することと共に、過重労働に陥らないように、仕事量や労働負担の見える化が、この新しい労働衛生上の問題を検討するための1つのポイントになり得るだろう。当日は、関連する先行研究の紹介とともに演者の私見を展開することとする。



会員つうしん

新世話人のご挨拶

JFEスチール株式会社 西日本製鉄所
倉敷地区 産業医
山下 真紀子 (やました まきこ)

30歳を過ぎたころからでしょうか。「疲労」は気が付けばいつも私のそばにあるものとなり、仕事、育児、家事と所用が終わると、どっと疲れを感じる毎日。早く寝ようが、一日ゆっくり過ごそうが、心身の疲労がきれいさっぱり癒えるというようなことはありませんでした。もともと体力には自信があった分、人一倍、年齢による体力の衰えを強く感じたのかもしれない。

そんな折、ひよんなことからランニングをはじめることになりました。初めは月に数回、家の近所を走るだけでしたが、次第に練習で走る距離や時間も伸びていきました。よく、疲労回復のためには適度な運動も大切であるといわれますが、私も「疲労」を感じる事が少なくなったのです。ところが、少し走れるようになってくると、今度は調子に乗って練習しすぎ、歩けなくなるほど膝を痛めてしまいました。何事も、過ぎたるは猶及ばざるが如し。「疲れた」という体が発する声に耳を傾けることの大切さを改めて感じました。

私が産業医として働いている製鉄所は、交替勤務や深夜業務、肉体的負担の大きな作業など、産業疲労の原因にあふれた職場です。絶え間なく銑鉄を生み出す高炉をはじめ、製鉄所は文字通り24時間365日操業しています。そしてひとたびトラブルが起こればその影響を最小限にすべく、昼夜を通して復旧作業が行われるため、過重労働になりがちです。産業医として長時間労働者と面談をしていると、明らかに過重労働をしているにもかかわらず、ほとんど疲労を感じていない方がおり、気づきを促し適切な対処に結びつけることの難しさを感じております。

この度、ご縁があり、産業疲労研究会の世話人の話をいただきました。歴史ある本研究会の運営に携われることを光栄に思うと同時に、産業疲労に関して知見の浅い自分がお役に立てるものかと不安でもあります。まずはこの研究会を通じて自分自身の見

識を深め、働く人々へ還元していけるよう活動をしていきたいと思っております。世話人の皆様方をはじめ、会員の皆様には、温かいご支援をいただけますよう、よろしくお願い申し上げます。

中央労働災害防止協会緑十字賞

の受賞（城憲秀先生）

平成30年度の緑十字賞（労働衛生分野）を城憲秀先生（中部大学生命健康科学部保健看護学科副学部長、教授）が受賞されました。

城先生は本研究会の世話人、前代表世話人を歴任され、今なお、研究会の運営や、研究会の中堅、若手を支えてくれています。この賞は、中央労働災害防止協会が長年にわたり、我が国の産業安全又は労働衛生の推進向上に尽くし、顕著な功績が認められる個人及び職域グループ等に与えられるものです。本当におめでとうございます。



https://www.jisha.or.jp/award/pdf/winner_list_2018.pdf

会員の異動

1. 退会 (0人)
 2. 新規入会 (9人)
- ☆ 2019年4月現在の会員数は195人。メンバー登録は116アドレス
- ☆ 連絡先が変更になった方は事務局までご連絡ください。



日本産業衛生学会 産業疲労研究会規則

名称及び事務局

第1条 本会は、日本産業衛生学会産業疲労研究会（以下、研究会という）と称する。

第2条 本会の事務局は、世話人会の指定するところにおく。

目的及び事業

第3条 本研究会は、産業衛生の進歩をはかることを目的として、つぎの事業を行う。

- (1) 産業疲労に関する研究集会等の開催
 - (2) 研究会報等の発行
 - (3) 産業疲労に関する調査研究
 - (4) 産業疲労に関する資料収集、編纂および教育研修
 - (5) その他本研究会の目的達成上必要な事業
2. 研究集会は、原則として年2回開催することとし、そのうち1回は研究会総会を行うものとする。

会員および会費

第4条 研究会の会員は、日本産業衛生学会の会員および本研究会の目的に賛同し研究会活動に参加を希望する個人とする。

2. 本研究会の会員登録方法および退会については、別に定める。

第5条 会費については、別に定める。

世話人および世話人会

第6条 研究会には、代表世話人、世話人、監事の役員を置き、研究会の円滑な運営をはかる。

2. 代表世話人は、世話人から互選による。
3. 代表世話人は、研究会務を統括する。
4. 監事は、代表世話人の指名によるものとする。
5. 代表世話人は、必要に応じて世話人会を招集できる。

第7条 世話人の選出方法および人数については、別に定める。

会計

第8条 研究会の会計は、学会よりの助成金、研究会費その他をもって充当する。

第9条 研究会の会計年度は、学会と同じく毎年4月1日報告

第10条 つぎの事項は世話人会および研究会総会での承認を経て、学会理事会に報告するものとする。

- (1) 活動報告および収支決算
- (2) 役員氏名
- (3) その他、世話人会及び研究会総会で必要と認められた事項。

(附則)

1. 本規則の変更は、世話人会及び研究会総会での承認を経て、学会理事会の承認を得るものとする。
2. 本規則は、1998年4月1日より施行する。

研究会規則細則

会員登録及び退会について

1. 会員になろうとするものは、氏名、所属機関、連絡先等の必要事項を明記して研究会事務局に申し込まなければならない。
2. 研究会を退会しようとするものは、事務局に申し出なければならない。会費未納者は、会員の資格を喪失する。

会費について

1. 当面、通信費用として3年間1,500円とする。ただし、会費期間の途中年度に入会する場合は、各年度毎500円とする。
2. 会費は2010年度以降、当面徴収しない。

世話人の選出について

1. 世話人は5名以上とし、世話人会から推薦され、研究会総会で承認されたものとする。
2. 世話人の任期は、3年とし再任を妨げない。

(附則)

1. 細則の変更は、世話人会および研究会総会での承認を必要とする。
2. 本細則は1999年4月1日より施行する。

第 90 回定例研究会のお知らせ

(第 92 回日本産業衛生学会 産業疲労研究会)

1) 自由集会

「外国人労働者の健康と生活」

【日時】 2019 年 5 月 23 日 (木) 18 : 00-20 : 00

【場所】 名古屋国際会議場 第 6 会場

総 会

- 1) H30 年度事業実績
- 2) H30 年度会計報告
- 3) R1 年度事業計画
- 4) 世話人会からの報告その他

2) シンポジウム 16

「働き方改革が労働者へもたらす影響」

【日時】 2019 年 5 月 25 日 (土) 9 : 00~11 : 00

【場所】 名古屋国際会議場 第 3 会場

【座長】 城 憲秀¹⁾、松元俊²⁾

- 1) 中部大学生命健康科学部
- 2) 独立行政法人 労働者健康安全機構 労働安全衛生総合研究所

シンポジスト

- ① 漆原 肇 (日本労働組合総連合会総合労働局長雇用対策局)
「労働組合の立場から見た働き方改革～健康・生活側面での影響～」
- ② 今村 優之 (電通国際情報サービス)
「働き方の変化による社員への心身への健康影響」
- ③ 劉 欣欣 (独立行政法人 労働者健康安全機構 労働安全衛生総合研究所)
「長時間労働による循環器への負担」
- ④ 久保 智英 (独立行政法人 労働者健康安全機構 労働安全衛生総合研究所)
「産業疲労研究の視点から考えるフレキシブルな働き方」

編集後記

会員の皆さまから会報への投稿を歓迎しております。ともに研究会活動を盛り上げていきましょう！ よろしくお願いたします。

(編集担当 劉 欣欣)



日本産業衛生学会 産業疲労研究会 事務局

岩根 幹能 (いわね まさたか)

E-mail : iwane.r98.masataka@jp.nipponsteel.com

日本製鉄株式会社 和歌山製鉄所 安全環境防災室 安全健康室

一般財団法人 NSメディカル・ヘルスケアサービス

〒640-8555 和歌山市湊 1850

TEL : 073-451-3398 FAX : 073-451-3438

産業疲労研究会ホームページ URL : <http://square.umin.ac.jp/of/index.html>

会員メーリングリスト : ocfatigue@umin.ac.jp