



令和7年 全国労働衛生週間スローガン
ワーク・ライフ・バランスに意識を向けて
ストレスチェックで健康職場



～10月1日から10月7日までは
第76回全国労働衛生週間です～

皆様には、日頃より(公社)広島県労働基準協会並びに尾道支部の事業活動にご理解、ご協力をいただき感謝申し上げます。

10月1日から7日までの間は全国労働衛生週間です。また、9月1日から30日までの間は全国労働衛生週間の準備期間となっています。

昭和25年に第1回が実施されて以降、今年で第76回を迎える全国労働衛生週間は、「国民の労働衛生に関する意識を高揚させ、事業場における自主的労働衛生管理活動を通じた労働者の健康確保」に大きな役割を果たしてきたところです。

尾道支部は、準備期間中である9月2日(火曜日)、9月4日(木曜日)、9月8日(月曜日)に全国労働衛生週間説明会を開催しました。

◇ 令和7年度全国労働衛生週間説明会を開催!! ◇

尾道支部では、9月2日にポートピアはぶ、4日に世羅町商工会、8日にベイタウン尾道を会場として、尾道労働基準監督署より藤岡署長並びに高瀬安全衛生課長にご出席いただき、第76回全国労働衛生週間説明会を開催しました。

説明会では、冒頭に来賓の藤岡署長と高瀬安全衛生課長を紹介したのち、藤岡署長よりご挨拶をいただきました。

◇ 藤岡署長あいさつ ◇

公益社団法人広島県労働基準協会尾道支部の会員の皆様には、平素より、労働者の健康確保対策を始め、労働基準行政の推進に格別のご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

全国労働衛生週間は、昭和25年の第1回以来、労働衛生に関する国民の意識を高め、職場での自主的な活動を促進して労働者の健康を確保することなどを目的として毎年開催され今年で第76回を迎え、9月を準備期間、10月1日から1週間を本週間として実施されます。



因 島 会 場

本年度のスローガンは、

「ワーク・ライフ・バランスに 意識を向けてトレスチェックで 健康職場 」 です。

広島県内の労働衛生を取り巻く状況をみますと、労働者の高齢化の進行に伴い、一般健康診断の有所見率は50%を超え、疾病リスクを抱えながら働いている労働者が増加しています。また、労働者の作業行動に起因する腰痛が職業性疾病の6割以上を占め、60歳以上の高齢労働者が占める割合は増加傾向にあります。



藤岡署長あいさつ

広島県で働く労働者の年間労働時間数は、長期的には緩やかに減少していますが、長時間労働による健康障害の発生は後を絶たず、業務災害に係る脳・心臓疾患の労災認定件数は、広島県内で昨年度6件でした。

また、メンタルヘルス対策の取組状況について、取り組んでいる事業場の割合は、全国的には6割程度にとどまり、特に、労働者数30人未満の事業場において、メンタルヘルス対策への取組が伸び悩んでいます。

仕事や職業生活に関することで、強いストレスとなっていると感じることがある労働者の割合は全国的には約8割であり、業務災害に係る精神障害の労災認定件数は、広島県内で昨年度28件と増加傾向にあり、メンタルヘルス対策の推進も必要な状況です。

このような状況を踏まえ、令和5年度から始まった「広島第14次労働災害防止推進計画」において、高齢労働者の健康や体力づくりなどエイジフレンドリーガイドラインに基づく高齢労働者の安全衛生確保対策、長時間労働による健康障害防止やメンタルヘルス対策などの産業保健活動の取組を重点に定め、推進しています。

法令改正についてですが、ストレスチェックについて、今年5月に労働安全衛生法が改正され、現在努力義務となっている労働者数50人未満の事業場においても、今後3年以内の間に実施が義務となります。

また、高齢労働者の労働災害の防止を図るため、来年4月1日から、高齢労働者の特性に配慮した作業環境の改善、作業管理などの必要な措置を講じることが努力義務となります。

加えて、治療と仕事の両立支援について、疾病、負傷などの理由により、治療を受ける労働者が、就業によって疾病や負傷の症状が増悪することを防止するため、今年6月に労働施策総合推進法が改正され、来年4月1日から、労働者からの相談に応じ、適切に対応するための体制整備など、治療と仕事の両立支援のための必要な措置を講じることが事業主の努力義務となります。



世羅会場

これら努力義務に関して、事業者の皆様に取り組んでいただく具体的な措置の詳細は、今後、厚生労働大臣の指針によって定められますが、来年4月1日からは、高齢労働者の労働災害防止、治療と仕事の両立支援について、指針に基づく取組を行っていただく必要があることに

ご留意願います。

安全衛生対策に取り組むことは事業者の責務ですが、「資産としての人的投資」でもあり、事業経営や人材確保・育成の観点からもプラスとなります。労使の協力により、自主的な労働衛生活動の展開を引き続き、お願いします。



尾道会場

結びになりますが、本日の説明会が、皆様にとりまして労働衛生管理の取組の参考、有意義なものとなりますこと、そして何より、皆様の職場のすべての人が、心身ともに健康で安心して働くことができる職場環境を構築していただくことを祈念いたしまして、挨拶とさせていただきます。

藤岡署長の挨拶に続いて、因島会場においては広島県東部保健所保健課健康増進係の真田係長より、

世羅会場においては広島県東部保健所保健課の中参事より、尾道会場においては広島県東部保健所の福田所長より「健康ひろしま21（第3次）に係る広島県・尾三圏域の現状と取組」と題した講演を行っていただきました。

◇ 健康ひろしま21（第3次）に係る広島県・尾三圏域の現状と取組 ◇

まず、尾三圏域とは尾三二次保健医療圏域をいい、三原市、尾道市、世羅町で構成された地域で東部保健所が所管する地域である旨の説明がありました。

次に「健康ひろしま21」とは、健康増進法に基づき策定された広島県の健康増進計画で、令和6年度から第3次がスタートし、「県民誰もが、より健やかに、安心して、生きがいを持ちながら自分らしく暮らし続けられる社会の実現」を計画の基本理念に掲げて、目指す姿として「生活の質（QOL）の維持・向上」を基本的な方向とし、目指す姿を実現するための基本的な取組の方向は「生活習慣及び社会環境の改善」、「主要な生活習慣病の予防・重症化予防」、「ライフステージに応じた健康づくりの推進」、「個人の健康を支え、守るための社会環境の整備」の4点で、計画の総括目標として「健康寿命の延伸」を掲げるとともに、第3次で初めて「女性の健康づくり」を重点的に取組むことが明記されたと説明がありました。

この「健康寿命の延伸」に関し、「健康寿命」とは介護を要する状態や病気等により日常生活を制限されることなく健康的に生活することができる期間を指し、「平均寿命」は0歳時点で何歳まで生きられるかを統計から予測した「平均余命」をいうと説明されるとともに、「健康寿命」と「平均寿命」の広島県における傾向は、全国と同様で男性よりも女性の方が平均寿命は長いものの、日常生活に制限がある不健康な期間も男性よりも女性の方が長い状況にあるとのことでした。



真田係長の説明

一方、生産年齢人口の推移を見ると、少子化に伴い若い生産年齢人口は減少してきており、健康寿命を更に伸ばすことで60代、70代前半の高年齢労働者の割合が増加していくと考えられることから、健康寿命を延ばす健康づくりの取組はメリットが大きいと話されました。

「健康ひろしま21（第3次）」において、「女性の健康づくり」を重点的に取り組むとした背景には、広島県の女性の健康寿命が全国的に低位で、長らくワースト5位程度を推移し、令和4年に初めて全国平均を上回ったものの、不健康な期間は女性が男性に比べ長期間にわたるためです。また、健康寿命に影響を与える疾病や傷病等を性別年代別に全国との比較を行った結果、広島県の女性は高年齢になると高血圧、糖尿病、骨折などの受療率が高く、生活習慣において運動習慣のある人の割合が低い状況が明らかとなったためと説明がありました。

次に、尾三圏域の現状について平成27年からの5年間の主要死因別標準化死亡比は、糖尿病、心疾患、自殺が非常に高く、このうち糖尿病では、40～64歳の男女別のHbA1c8.0以上の標準化該当比が尾三圏域では男性が10.8%、女性が36.4%と高い状況にあること、また、悪性新生物（がん）の部位別の標準化死亡比では、肝がん、肝内胆管がんがかなり高い



中参事の説明

標準化死亡比：

全国の年齢構成ごとの死亡率と対象地域の構成に当てはめ算出した期待数と、実際の死亡数を比較する指標。全国平均を100とし100を超えれば死亡率が高く、小さければ低いと判断する。

状況にあり、心疾患など循環器疾患に大きく影響を与える高血圧では、収縮期血圧140mmHg以上

標準化該当比：

全国の年齢構成ごとの該当率と対象地域の構成に当てはめ算出した期待数と、実際の該当を比較する指標。全国平均を0とし0を超えれば該当率が高く、小さければ低いと判断される。

の標準化該当比が男性4.7%、女性5.8%と少し多く、同じく循環器疾患に大きく影響を与える脂質異常ではLDLコレステロール160mg/dl以上の標準化該当比が、男性0.4%、女性6.6%と高い状況にあると説明されました。

続いて、広島県の糖尿病や循環器疾患に関連する生活習慣の現状について話しがあり、栄養・食生活に関し、1日2回以上の栄養バランスに配慮した食事摂取について「殆ど毎日」との回答は高齢になるほど高く、若い世代ほど低くなっていること、適正体重の割合は男性の40～60代の中高年の肥満が約3割と高く、女性は20代の若い世代の痩せが2割を超えている状況にあり、中高年の肥満は長年取り組まれているものの、近年は女性の痩せすぎが課題に挙がっていること、特に10～20代の若い世代のBMI18.5未満については、栄養バランスの偏りから様々な疾患のリスクが高くなることもあります。骨量が増えなくて将来骨折し易くなることも課題となっていると話されました。

目標歩数：

1日の歩数が男性20～64歳で9,700歩以上、65歳以上で7,000歩以上、女性20～64歳で8,600歩以上、65歳以上で6,200歩以上

また身体活動・運動に関し、日常生活で目標歩数に達した人の割合は、広島県全体では19.9%で

すが、尾三圏域では14.6%と県内の各圏域の中で最も低く、尾三圏域は座っている時間・座位時間がとても長くなっており、この圏域では座っている時間が長く、歩く時間が短いという特徴があるとの説明がありました。

次に飲酒と喫煙に関して話しがありました。生活習慣病のリスクを高める量の飲酒は、男性と女性で相違し1日平均アルコール量が男性で40g以上、女性で20g以上をいい、リスクを高める飲酒をしている割合は、20代など若い方は男女とも低く、男性は60代が一番高く約20%、女性は50代が一番高く15%程度となっていること。また、喫煙に関しては、毎日喫煙している人は男性40代が3割程度で最も高く、女性は50代の約15%となっていま

す。禁煙は、できるだけ早くから取り組むと健康へのメリットが大きいものの、長年にわたり喫煙している方も遅すぎるということはないので、「禁煙」に取り組んでいただくとメリットはあると話されました。

続いて、自殺の状況について話がありました。

広島県の自殺者数は年々減少傾向にあったものの、新型コロナウイルスの影響を受け令和2年度以降少し増加し、令和5年度は広島県内で429人が自殺されており、男女別では男性が女性の倍以上自殺され、年代別では中高年の特に男性が多く自殺されている状況があります。

尾三圏域では過去5年間で241人が自殺されており、背景として40～50代の働き盛りの世代で、失業、配置転換、退職など仕事に関する大きなイベントが他の要因と複合的に絡み合い自殺まで至る例が多くあります。仕事に関する事柄が自殺へ大きな影響を与えています。

自殺者には中高年が多いものの、県の健康意識調査の結果では健康上の問題で日常生活に影響があると回答した方のうち、原因が「精神的な不調を感じる」と回答した方は、男女とも20代の方が最も多く約3割で、メンタルヘルス対策はどの世代に方においても非常に重要なことと思われると話されました。

最後に東部保健所を含む広島県の取り組みについて6点説明されました。

まず、女性の健康づくりに関して、広島県は令和6年度女性の健康上、生活習慣上の問題について調査、分析を実施し、その結果「休養やメンタルヘルス、運動習慣について適切な行動がとれていない」、「骨折予防のリテラシーや検診への関心が低い」等が明らかとなり、これを踏まえ広島県は、睡眠を含む休養やメンタルヘルス、運動習慣、骨折や骨粗鬆

症の予防というところに重点的に取り組むこととし、東部保健所でも県の方針を受け、10月23日に尾三地域保健対策協議会主催の「ライフステージに応じた骨づくりと健康寿命」と題した研修会を開催する旨の話がありました。

2点目として、栄養・食生活に関し、広島県では県民の野菜摂取量の増加を目指して、野菜摂取量を記録し応募すると景品が当たるベジフルチャレンジというキャンペーンを毎年開催し、東部保健所でもチャレンジカードを管内のスーパー、小売店、道の駅等に約5,000部配布し、企業の協力を得ながら活動していること、企業と連携した取組として、朝食摂取や、野菜摂取量の増加、地産地消に関し様々な啓発活動をしているとの説明がありました。

3点目、身体活動・運動に関して、ひろしま健康づくり県民運動推進会議では、地域における健康づくりリーダーの育成や、各地の健康づくりイベントの支援、ホームページへの健康づくりに関するイベントやチャレンジ企画の掲載等を実施するとともに、9月が健康増進普及月間となっているため、東部保健所でも啓発活動を行っているとのことでした。

4点目、特定検診、がん検診、肝炎ウイルス検査に関して話されました。

生活習慣病の予防には自身の現状を知ることが重要で、そのためにも特定検診を受診していただきたいものの、広島県の特定検診に係る令和5年度受診率は56.3%で、全国32位と低位にあるのが現状です。各企業において、従業員がどういう健康不安を抱えているかを把握するためにも、一般検診・特定検診の受診率100%を目指していただきたいと述べられました。



福田所長の説明

「がん」は早期発見した場合と進行後に発見した場合の5年生存率が大きく変わり、早期発見の場合は生存率が飛躍的に高まるため定期的ながん検診が重要ですが、広島県の受診率は、令和4年に胃がん検診が初めて50%を超えたものの、肺がん、大腸がん、子宮がん、乳がん検診の受診率は50%に達せず伸び悩んでいます。何年か前に受診し問題がなかったのが今年も大丈夫と思わず、それぞれの検診に何年に一度との頻度があり、その頻度で受診されれば早期発見に繋がりますので、受診を意識していただきたいと述べられました。

尾三圏域は肝がんで亡くなる方が非常に多い地域で、肝がんの原因の約6割はC型肝炎、B型肝炎に感染し肝炎が長く続いている場合が多く、肝炎ウイルスは幼少期に感染し無症状の期間が非常に長く続くため、早期発見には肝炎ウイルス検査の受診が大切です。このため、「一生に一度は肝炎ウイルス検査を受けましょう」と啓発しているとのことでした。

5点目、精神保健福祉対策について話しをされました。

広島県では自殺やうつ病に関連する情報サイトを開設し、無料、匿名、予約不要にてSNS相談や電話相談も実施しています。また、東部保健所においても、尾三圏域の身近な相談窓口や、医療機関一覧を載せたパンフレットを用意し、保健所や市町では保健師による対面や電話での精神福祉相談を実施しているとのことでした。

最後に、6点目として健康経営に関して話しがありました。

健康経営は、従業員の健康保持・増進が、将来的に収益性を高める投資であるという考え方の下、健康管理を経営的視点から考え、戦略的に実践することをいい、健康経営に取り組まれている所が、尾三圏域で500社以上あると思われること、広島県も「健康ひろしま21」において、健康経営に取り組む企業を増やしていくため、健康経営セミナーの開催や、アドバイザーの派遣、優良企業の表彰等の取組を主に行っていると話され、説明を終えられました。

保健所講師による講演に続き、高瀬安全衛生課長より「労働衛生のしおり」「全国労働衛生週間説明会資料」等を用いて、「全国労働衛生週間実施要綱」や「労働衛生を中心としたトピックス」等についての説明がありました。

◇労働衛生週間実施要綱等について・高瀬課長◇

まず最初に、尾道労働基準監督署管内における労働災害発生状況についての話があり、令和6年1月より管内の事業場においては死亡災害が発生しておらず、死亡災害ゼロが現在も継続しているとの報告がありました。

過去、尾道署管内では1年間で1名から3名もの労働者の方が災害により命を失っておられましたので、現在の死亡災害ゼロの継続は単なる偶然ではなく、

事業場ごとの安全管理体制の強化、従業員の皆様の安全衛生への意識の向上、そして安全衛生を担当されている皆様方の日々の地道な取組の積み重ねによるものと考えています。

令和7年も死亡災害ゼロとなれば、尾道労働基準監督署発足以来初めての2年連続死亡災害ゼロの達成となります。是非とも2年連続を達成するとともに、更にこの記録を1日でも長く継続していただきたいと話されました。

そのためには、安全週間や労働衛生週間といった機会を活用していただき、職場における安



高瀬課長の説明

全衛生意識を再確認し、気持ちを新たに様々な取組を進めいていただきたいと述べられました。

次にメンタルヘルス対策に関して、ストレスチェックの制度の概要や有益性、実施の際の支援体制等について話しをされました。

ストレスチェック制度は、年に1回実施される「メンタル版健康診断」と位置付けられており、労働者が問診票に回答することで職場でのストレス状態を自己診断する仕組みとなっており、平成27年に導入され、当初は労働者50人以上の事業場が対象でしたが、現在は法改正があり全事業場での義務化が進められています。

背景には、精神障害による労災認定件数の増加があり、令和6年度には1,055件が認定されており、「パワーハラスメント」、「人間関係のトラブル」、「業務量や質の変化」が主な原因となっています。特に小規模事業所でも多くの事例が報告されており、企業規模に関係なく対策が必要な状況になっているとの説明がありました。

ストレスチェックの結果は基本的に本人が確認する形式ですが、集団分析を行うことで職場全体の傾向を把握し環境改善に活かすことができ、部署ごとに業務内容や人間関係が異なるため、業務量の多さや裁量の少なさ、支援体制の不足などがストレスの要因となることがありますので、これらを分析し、業務の裁量ややりがい、職場環境を見直すことで、より健康的な職場づくりが可能となるとの話しがありました。

また、ストレスチェックの実施率の現状は、従業員50人以上の事業所で約8割、従業員50人未満の事業所で約3～4割の実施となっています。費用は一人あたり数百円程度と比較的安価であり、地域産業保健センターにおいては、ストレスチェックや面接指導の支援を受けることができますので、これらを活用して実施いただきたいと述べられました。

最後に、メンタル不調は進行中には気付きにくく、体調不良をきっかけに精神的な問題に気づき、気づいた時には重症化していることが多々あります。早期発見のきっかけとしてストレスチェックは非常に有効となります。メンタル不調になった場合は、メンタルクリニックや無料相談窓口を活用しながら不調とうまく付き合っていくことが大切となります。

事業場でもメンタルヘルスへの理解を深め、誰もが安心して働ける職場づくりを目指していただくよう話され説明を締めくくられました。

高瀬安全衛生課長の説明のあと、労働基準協会からのお願いや連絡事項についてお話しし、全国安全週間説明会を終了しました。

◆ 第48回広島県産業安全衛生大会 開催案内 ◆

ゼロ災運動研究集会と同様に全国大会の広島開催のため開催しませんでした「広島県産業安全衛生大会」を、令和7年度は次のとおり開催いたします。

この広島県産業安全衛生大会では、安全衛生に関する講演や大井川鐵道(株)の鳥塚社長による「湿った薪に火をつけろ～ローカル線を活用した地方創生と会社再生の物語～」と題した特別講演などを予定しておりますので、安全衛生スタッフをはじめ多くの方のご参加をお願いいたします。

開催日時 : 令和7年11月13日(木曜日) 13:20～16:25(開場12時)

場 所 : ふくやま芸術文化ホール・リーデンローズ 大ホール

(福山市松浜町2-1-10)

★ 過重労働解消のためのセミナーのご案内 ★

過重労働解消のためのセミナーも、「令和7年度就業環境整備・支援事業」の一環として開催されるセミナーで、オンラインセミナーと各地域で開催するセミナーがあります。



このセミナーでは、時間外労働が常態化しており改善を求めている事業場、人材確保・生産性向上等のために業務効率化で過重労働を解消しようとしている事業場、担当者不在や欠員で労働時間管理に窮している事業場等を対象として、過重労働解消の手法等についてテキスト等を用いて、法令・判例等の最新情報や具体的な取組事例を交えながら判り易く解説することにより、実践的な知識を提供していきます。

このセミナーもオンラインセミナーと各地域で開催するセミナーがあり、広島での開催は次のとおりです。

開催日時：11月27日（木）14:00～16:30

場 所：広島市南区民文化センター

（広島市南区比治山本町16番27号 広島産業文化センター内）

※ なお、専門Webサイト「R7 年度就業環境整備」(<http://shuugyou.mhlw.go.jp/site/top>)にてセミナーの詳細をご確認ください。

◇令和7年度 尾道支部 年間行事・講習予定◇

- ・11月 5日 粉じん作業特別教育（長者原スポーツセンター）
- ・12月 2～ 3日 職長等教育・安全衛生責任者教育（長者原スポーツセンター）
- ・令和8年1月9日 安全祈願祭、幹事会（艮神社）

※ あくまでも年間行事の予定です。事情により会場や日時等を変更する場合もあります。

◇ 令和7年度 県協会講習・追加講習 ◇

- ・10月8日（水）酸素欠乏・硫化水素危険作業特別教育（福山教習所）