

がんずうスタイル　　こころとからだの健康について

宮古労働基準監督署長
井上 茂樹いのうえ しげき

宮古地区の働き盛り世代の皆様へ健康情報をお届けするため、毎月1回リレー方式で記事を書いています。今回は、宮古労働基準監督署です。

沖縄労働局で取りまとめて発表された令和4年の職場における定期健康診断実施結果について、沖縄県内の有所見率は72.1%（全国58.3%）と前年比1.7%増加で、平成23年から12年連続全国最下位となりました。宮古地区における有所見率は72.8%と沖縄県内より高い状況です。健診項目別の有所見率をみると、「血中脂質」が宮古地区40.8%（沖縄県41.8%、全国31.6%）で最も高く、次いで「血圧」が宮古地区25.0%（沖縄県26.7%、全国18.2%）、「肝機能」が宮古地区21.9%（沖縄県24.0%、全国15.8%）の順となっていて、生活習慣病の要因とされる健診項目の有所見率が高くなっています。

労働安全衛生法では、事業主は1年以内に1回定期健康診断を労働者に実施して、健康診断で異常の所見があるならば医師の意見を聞いたうえで、必要な措置を講じるよう義務付けられています。また、健康診断の結果、特に健康の保持に努める必要のある労働者には、医師、保健師による保健指導を行うよう努める必要があります。自覚症状が現れにくいような病気は少なくないので、定期的な診断で健康状態を確認して、自分の体を知るのが健康維持の第一歩です。健康診断の結果を活用して、有所見率の改善にも取り組んでいきましょう。

また、沖縄労働局では県内の令和4年度の過労死等の労災補償状況も取りまとめて発表しています。「過労死等」とは、簡単に言い換えると過重な労働が原因で発症した脳・心臓疾患や仕事による強いストレスが原因で発症した精神障害のことを言います。令和4年度沖縄県内では、過労死等に関する労災請求件数が47件、業務上と支給決定した件数が12件となっています。請求件数47件は前年度比で14件増加しており、内訳をみると脳・心臓疾患に関する請求が14件と前年より11件増加し、精神障害に関する請求が33件と前年より3件増加しています。宮古地区でも、長時間労働となっている労働者が少なからず認められます。労働時間が長くなると、疲労がたまり、集中力低下、注意力散漫など労働効率が悪くなるだけでなく、労働災害の原因にもなります。

職場における健康診断に加えて、平成27年12月からストレスチェック制度が施行されています。ストレスチェックとは、ストレスに関する質問票に労働者が回答して、集計分析することで自分のストレスがどのような状況にあるか調べる検査です。メンタルヘルス不調となることを未然に防止するためのものであり、労働者50人以上の事業場では年に1回実施して、労働基準監督署に結果を報告するよう義務付けられています。

宮古労働基準監督署では、こころとからだの健康を守るよう時間外労働の上限規制など働き方改革関連法に関する説明会も行っています。

次は宮古島市役所へバトンをつなぎます。