

香川労働局が対応した事例

Aさんは、4人の上司から毎日のように「月給泥棒」などと暴言を繰り返され、仕事に行くのが苦痛になり、同局に助言・指導を求めた。同局は事実関係を確認し、パワハラおよび安全配慮義務違反の可能性を指摘して発言の中止を指導した。

パワハラ相談件数 (香川労働局)	
平成28年度	583件
平成29年度	647件
平成30年度	696件



職場のパワー・ハラスメント(パワハラ)とは、同じ職場で働く人に対して、職務の地位や人間関係などの職場内の優位性を背景に、業務の適正な範囲を超えて、精神的・身体的苦痛を与えたり、職場環境を悪化させたりする行為をいいます。

香川労働局によると、平成30年度に同局に寄せられた相談(7,841件)のうち、パワハラは696件で、この10年間で約3・5倍に増加しています。「無視」や「暴言」は従来から起きていましたが、人権問題として捉えるよう意識が変化していることが分かります。

職場におけるセクシュアル・ハラスメント(セクハラ)は、職場において行われる、労働者の意に反した性的な

じんけん探訪75  
職場のハラスメント

言動を拒否したことなどにより、労働条件で不利益を受けたり、性的な言動により職場の環境が不快なものになったりすることです。職場におけるセクハラには、同性に対するものも含まれます。

一方、セクハラ相談は74件です。男女雇用機会均等法によって事業主にはセクハラ発生防止義務が課せられています。しかし、同局では70件のセクハラ防止措置違反が確認され、根強く続いていることが明らかになりました。「そんなつもりはなかった」との声も聞きますが、特に管理的な立場の人は「上司からのセクハラは断りにくい」ということを自覚すべきです。

ハラスメントは、被害者の心を傷つけるだけでなく、職場の業務能力の低下、イメージダウンにつながる恐れがあります。ハラスメントを予防、解決するためには、相談窓口や研修制度を整備することや、ハラスメントについて理解を深めること、円滑なコミュニケーションを図ることなどがポイントとなります。事業所全体で、誰もが働きやすい職場づくりに努めましょう。

相談窓口 ※無料・秘密厳守

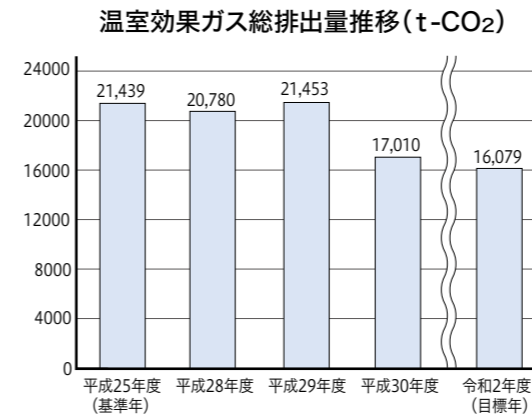
香川労働局ハラスメント対応特別相談窓口  
☎087(811)8924  
(平日午前9時30分～午後5時)

問い合わせ ☎73・3008  
人権課

お知らせ

平成30年度 三豊市エコオフィス計画実施状況

お問い合わせ 環境衛生課 ☎73-3007



市では、地球温暖化対策の推進を目的として、第3次三豊市エコオフィス計画に基づき、市役所本庁舎など公共施設から排出される温室効果ガス(CO<sub>2</sub>など)の削減に取り組んでいます。平成25年度を基準として令和12年度までに約43・4%以上の削減を中期計画の目標としています。

**温室効果ガス排出量および排出状況**

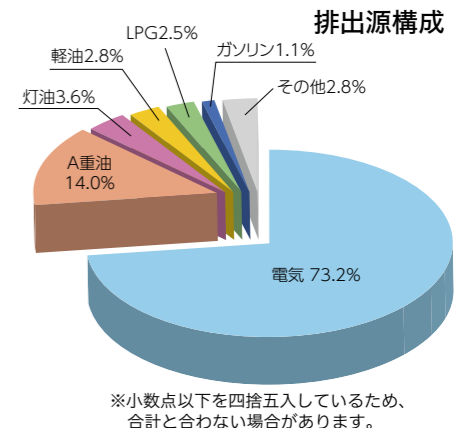
平成30年度に公共施設から排出された温室効果ガス総排出量は、17,010 t-CO<sub>2</sub>であり、基準排出量(平成25年度)21,439 t-CO<sub>2</sub>に対して、20・6%減となっています。

**温室効果ガス削減に向けて**

市では、環境省の補助事業を活用し、平成30年度から令和元年度の2年で、市役所ほか7施設の省エネ設備改修工事を実施しており、これらの取り組みを通して今後も公共施設の温室効果ガス排出抑制に努めていきます。

排出源の構成は、電気使用に伴う排出量が全体の73・2%を占めています。以下、A重油が14・0%、灯油3・6%、軽油2・8%、LPG2・5%、ガソリン1・1%、その他2・8%となりました。

排出源・排出量 (t-CO <sub>2</sub> )	排出量 (t-CO <sub>2</sub> )
電気	12,457
A重油	2,381
灯油	609
軽油	470
LPG	429
ガソリン	190
その他	473
計*	17,010



M's 深読みひろば

健康コラム Vol.13

運動がもたらす心理的効果

習慣化した運動は、期間、強度など運動の仕方にもよりますが、一般的にストレスに対する適応性を高め、精神的健康を保つ効果があります。

精神的健康の障害が大きな問題となっている現代社会において、メンタルヘルスへの運動の応用が注目されています。例えば、うつ患者にとつてジョギングが、心理療法と同じような感情状態の改善が報告されているように、運動が神経症やうつなどの軽い精神的疾患の治療法としても期待されています。

身体を動かす運動は、筋肉を弛緩・緊張させると言い換えることができます。筋肉の弛緩は交感神経の興奮を和らげ、緊張をほぐします。リラクゼーション効果が得られるので、不安やイライラが軽減、感情が安定することにもつながります。

また、運動は、普段とは違う空間に身を置くことにもなります。ジョギングであれば、耳元で聞こえる風を切る音であったり、肌で感じる空気の違いだったり、スピード感や汗をかく感覚などが気分転換になります。その結果、上質な睡眠が取れるようになって、疲労感が残りにくくなります。

運動やスポーツを行うことで得られる気分転換は、日々のストレスを解消できることは間違いありません。ただし、過度な運動はスポーツ外傷やスポーツ障害をもたらすことも忘れてはいけません。



四国学院大学教授  
緑ヶ丘総合運動公園  
センター長 清水 幸一さん



料理のジャンルを選ばない万能魚 舌平目

楕円型で平たいその形から、県内では「ゲタ(下駄)」と呼ばれることも多い舌平目。普段は海底にもぐっているため、底引き網で漁獲されます。

「舌平目と聞くと、ムニエルや煮付けをイメージしがちですが、刺身や南蛮漬けなど、何にしてもおいしく食べられます」と話すのは、西詫間漁業協同組合 副組合長の山口豊さん。山口さんおすすめの調理方法は、唐揚げ!身が柔らかく、甘みのある舌平目は、唐揚げにすると絶品なんだそうです。

また、2~3月に獲れる舌平目は産卵前で栄養を蓄えているため、普段の倍近くまで身が厚くなります。旬のこの時期に、ぜひご賞味ください!

西詫間漁業協同組合  
副組合長 山口 豊さん



①ヒラメのように体の左側に両目が付いています。目の横にある切れ込みが口です②底引き網で獲れたものを魚の種類ごとに分ける山口さん。カニやエビも一緒に網にかかります

お問い合わせ 農林水産課 ☎73-3040