

社会保険労務士からの三方一両得だより

平成29年 5月20日 第92号

さつきマラソンに参加しました

我が家で毎年恒例となっている、鹿沼さつきマラソン大会に5kmのクラスで参加しました。一度体調不良で途切れましたが、今年で6回連続出場です。

例年のさつきマラソン開催日は非常に暑い日が多く、苦しいレースの印象が強かったのですが、今年は随分と違いました。5月14日(日)は曇り空で涼しく、風もあまりなくてジョギングには絶好のコンディションでした。ただしあまりにも涼しすぎて、駐車場に着いた時には寒いくらいで車に積みっぱなしにしていたカップを着込んでしまいました。例年大行列ができていくかき氷の屋台も、今年は出店していませんでした。



上下カップ。当然周囲からは浮いています。

今回のタイムは「33分09秒」。最近筋トレはやっていますが、有酸素運動はあまりしていません。体重もご覧のとおりまだまだ重量級。それでもこのタイムで完走できて自信ができました。

筋トレを継続して体重をもっと落とし、来年はさらに良いタイムを狙います。

昨年は10kmのクラスに参加し、無理せずゆっくり行こうと最後尾からスタートしてスローペースで流していたら、最初の関門に引っかかり失格になるという大失態をおかしました。今年はその反省もあり、参加者の中盤からスタート。周囲のペースは私にとってはかなり早いものでしたが、涼しいせいかわそれほど苦しくなることもなく、流れにのることができました。



ネモフィラの芽も出ました

あつという間に夏野菜を植えるシーズンになりました。我が家でも、とりあえずトマトを5本植えました。庭に植えた大根が大きくなってきましたので、それを収穫したらキュウリの苗を植えて、枝豆を蒔こうと思つています。

我が家の畑

「職場のパワーハラスメント」の現状と予

防・解決策

厚生労働省は、パワーハラスメント(以下、「パワハラ」)の発生状況や企業の取組状況などを把握し、今後の施策に反映させることを目的として昨年実態調査を行いました。

◆パワハラの発生状況

従業員向けの相談窓口において従業員からの相談で最も多いテーマは「パワハラ」で、32.4%という結果が出ています。

過去3年間に1件以上「パワハラに該当する相談を受けた」と回答した企業は36.3%。

一方で、過去3年間に「パワハラを受けたことがある」と回答した従業員は32.5%と、調査を始めた平成24年度から7.2%増えています。

◆予防・解決に向けた取組状況

パワハラの予防・解決に向けた取組を実施している企業は52.2%で、企業規模が小さくなると実施比率は相対的に低くなる傾向にあります。平成24年度と比較するとすべての従業員規模の企業で比率が高くなっています。従業員向けの相談窓口を設置している企業は73.4%あり、企業規模が小さくなると設置比率は相対的に低くなるものの、以前に比べると比率は高くなっています。

◆予防・解決に向けた取組みの効果

企業がパワハラの予防・解決に向けた取組みを積極的に実施すると、従業員にとってはパワハラに関する相談がしやすくなるために、企業にとってはパワハラの実態が把握しやすくなります。

また、パワハラの予防・解決に向けた取組みを行っている企業で働く従業員は、パワハラを受けたと感じる比率やパワハラにより心身への影響があったとする比率が相対的に低くなる傾向にあり、この取組みにより、職場環境が変わる、コミュニケーションが活性化するほか、「休職者・離職者の減少」や「メンタル不調者の減少」などの付随効果も見られるようです。

パワハラの予防・解決のための効果が高い取組みとして、「相談窓口の設置」や「従業員向けの研修の実施」を挙げている企業の比率が高く、企業がパワハラの予防・解決に向けた取組みを複数実施することが、従業員にとって職場環境の改善などの効果を感じやすいとの結果が出ています。

