

2月は平和構築と紛争予防月間です

RI第2820地区

水海道ロータリークラブ



世界に希望を生み出そう



2023-24年度 ゴードンRマッキナリー RI会長

例会予定
2月14日 外部卓話 社会福祉協議会 細谷悟志様
2月21日 外部卓話 青年会議所 第44代理事長 廣瀬祐介様

VOL.61 No. 21 (通算No. 2713)

2024年2月7日(水) 例会プログラム

点 鐘

君が代・ロータリーソング

ビジター紹介

出席報告

SAA報告

諸報告

幹事報告

会長挨拶

外部卓話 職業奉仕総括委員長 安圭一様



写真提供者:和久事務局

2023-2024年度 会長 松崎隆詞

幹事 石塚利明

創立 1963年9月25日

《例会場・例会日》

〒303-0023 茨城県常総市水海道宝町 2790

常陽銀行水海道支店内 3階

毎週 水曜日 12:30~13:30 ☎0297-22-1251

《事務所》

〒303-0023 茨城県常総市水海道宝町 3386

釜久ビル 3階

TEL 0297-30-0875 Fax 0297-30-0876

Email mitsu-rc@lapis.plala.or.jp

URL <http://www.mitsukaido~rc.jp/>

2月は平和構築と紛争予防月間です

例会報告 VOL.61 No.20 (No.2712) 1月24日(水) 晴れ (司会 淀名和茂彦委員長)

本例会での主な事項

◎会長あいさつ

◎会員卓話 廣井 信会員

誕生祝



《会 員》大塚令昌会員
《ご主人》大河会員

財団表彰



ベネファクター 石塚利明会員
マルチプル 青木正弘会員 古矢 満会員

幹事報告 石塚利明幹事

週 報 なし

例会変更 なし

2月10日(土)IM バス出発時間は、白井石油さん前から8時です。

会長挨拶 松崎隆詞会長



皆さんこんにちは、1月第三週例会のご挨拶を申し上げます。先週の新年会にはたくさんのご参加ありがとうございました。おかげ様で盛況の新年会となりました。

小林親睦委員長はじめ親睦委員の皆様お疲れ様でした。

本日は廣井会員の卓話です、どうぞよろしく願いいたします。

1月は職業奉仕月間です。ロータリークラブの職業奉仕とはご存じの方も多いと思いますが、パストガバナーの話をもとに、改めて発信したいと思います。創始者であるポールハリスの考えは、「職業」のもつ基本コンセプトは、当時の状況からは対峙する「勤労」(まじめに働くこと)という単純なことだったと考えられます。したがって、彼の考える「職業奉仕」とは、倫理観を基礎にした「勤労による社会貢献」というのがもっとも近いのではと思われる。しかもそれはやみくもに利益追求を蔑視することではなかったはずで、日本の資本主義の父、渋沢栄一翁の談話集「論語と算盤」という経営哲学と同じく、現実社会において生活することのできる「道徳に基づいた商業」をめざしていたのだろう。つまりは「道徳・倫理といった人の道と利益追求を同時に兼ね備えた活動」を職業の意とするとの思想に違いない、と話されています。

今日は、私の職業に因んで自動車関連事情をお話したいと思います。2023年の国内新車販売台数は500万台弱と思われ回復基調にあります。内容にも注目したく、登録乗用車のみであります。燃料別の新車販売をみると、電動車の合計販売台数(HV・PHV・EV・FCV)は全ての月で50%を超えています。

我が国においては脱炭素化にむけた取り組みの一環として、2035年までに国内の乗用車新車販売を100%電動化するという目標が掲げられます。但し、日本の電源構成事情やLCA等の観点から、この目標にはHVも含まれています。

HVは日本の自動車産業の強みである内燃機関の技術をいかながら環境対策にも貢献する車両であり、

2月は平和構築と紛争予防月間です

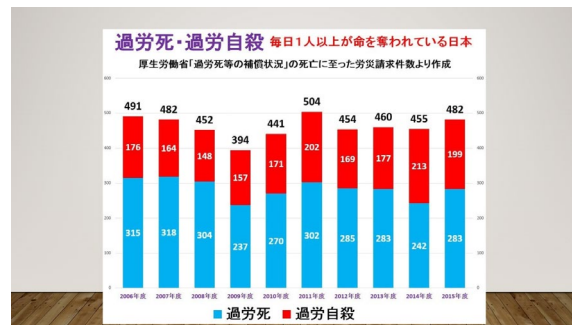
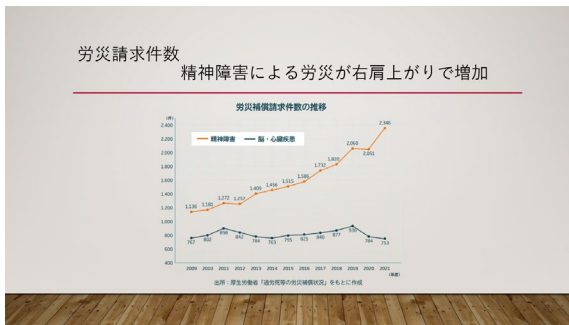
今後も国内販売車両の電動化をけん引する存在と考えられています。以上挨拶いたします。

会員卓話 廣井 信会員 「メンタルヘルスについて」



(スライド1) みなさん、こんにちは。年末に石塚幹事様より、メンタルヘルスについて卓話のご依頼がありました。専門外ではありますが、昨今、なぜメンタルヘルスへの関心が高まっているかをお話しさせていただきます。

(スライド2) グラフは2009年から2021年の労災請求件数の推移です。ご覧の様に精神障害による労災請求件数は2009年の1136件から2012年には2346件となり2倍以上に増加しています。



(スライド3) 次に過労死の内訳に注目します。

グラフの青の部分は過労により脳出血や心筋梗塞などの身体疾患を発症し亡くなられたケースです。赤の部分は過労自殺で、毎年、過労死全体の40～45%を占めています。過労自殺はメンタルヘルスが極度に傷害され、うつ病などの神経疾患に進展し自殺に至るものです。勿論、青の部分、身体的な疾患を発症して死に至った場合でも何らかのメンタルヘルス傷害は潜在していたと思われます。

(スライド4) “医療法に基づく医療計画”とは厚労省が毎年、2次医療圏ごとに(常総市はつくば医療圏に属しますが)、がん、脳卒中、急性心筋梗塞、糖尿病の四疾病、および五事業に対応できる医療供給体制を整備するよう策定し指導するものです。精神障害に起因する労災の増加に伴い、2013年に精神疾患が追加され“四疾病五事業”から“五疾病五事業”となりました。

2013年 医療法に基づく医療計画
「四疾病五事業」→「五疾病五事業」

- 五疾病 がん、脳卒中、急性心筋梗塞、糖尿病、精神疾患 (2013年度の医療計画から“精神疾患”が追加され五疾病となった)
- 五事業 救急医療、災害時における医療、へき地の医療、周産期医療、小児医療 (小児救急医療を含む)

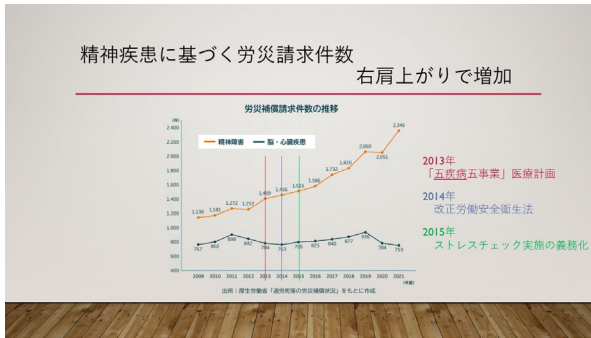
2014年 改正労働安全衛生法
2015年 ストレスチェック実施の義務化

- 日本企業におけるメンタルヘルスクア普及の契機になったのが、2014年に改正された労働安全衛生法である。翌年から施行された同改正法により「労働者が常時50名以上在籍する事業所でのストレスチェック実施」が義務化された。
- 対象企業は、ストレスチェックの結果を踏まえ、職場改善や医師による指導など、メンタルヘルス不調を未然に防ぎ取り組みを行わなければならない。

(スライド5)そして2014年の改正労働安全衛生法により、2015年から事業所でのストレスチェックが義務化されました。

2月は平和構築と紛争予防月間です

(スライド6)精神疾患に基づく労災請求件数の増加に伴い、2013年以降、厚労省が活発に動き始めましたが、その後も精神疾患に基づく労災は増え続けており、ストレスチェックが有効に機能しているかについては懐疑的とならざるを得ません。



ストレスチェック

国が推奨する57項目の質問票
(職業性ストレス簡易調査票)

1. 業務に集中できない	23. 集中力低下	45. 業務に集中できない	67. 業務に集中できない
2. 業務に集中しすぎた	24. 集中しすぎ	46. 業務に集中しすぎた	68. 業務に集中しすぎた
3. 業務に集中しすぎた	25. 集中しすぎ	47. 業務に集中しすぎた	69. 業務に集中しすぎた
4. 業務に集中しすぎた	26. 集中しすぎ	48. 業務に集中しすぎた	70. 業務に集中しすぎた
5. 業務に集中しすぎた	27. 集中しすぎ	49. 業務に集中しすぎた	71. 業務に集中しすぎた
6. 業務に集中しすぎた	28. 集中しすぎ	50. 業務に集中しすぎた	72. 業務に集中しすぎた
7. 業務に集中しすぎた	29. 集中しすぎ	51. 業務に集中しすぎた	73. 業務に集中しすぎた
8. 業務に集中しすぎた	30. 集中しすぎ	52. 業務に集中しすぎた	74. 業務に集中しすぎた
9. 業務に集中しすぎた	31. 集中しすぎ	53. 業務に集中しすぎた	75. 業務に集中しすぎた
10. 業務に集中しすぎた	32. 集中しすぎ	54. 業務に集中しすぎた	76. 業務に集中しすぎた
11. 業務に集中しすぎた	33. 集中しすぎ	55. 業務に集中しすぎた	77. 業務に集中しすぎた
12. 業務に集中しすぎた	34. 集中しすぎ	56. 業務に集中しすぎた	78. 業務に集中しすぎた
13. 業務に集中しすぎた	35. 集中しすぎ	57. 業務に集中しすぎた	79. 業務に集中しすぎた
14. 業務に集中しすぎた	36. 集中しすぎ	80. 業務に集中しすぎた	81. 業務に集中しすぎた
15. 業務に集中しすぎた	37. 集中しすぎ	82. 業務に集中しすぎた	83. 業務に集中しすぎた
16. 業務に集中しすぎた	38. 集中しすぎ	84. 業務に集中しすぎた	85. 業務に集中しすぎた
17. 業務に集中しすぎた	39. 集中しすぎ	86. 業務に集中しすぎた	87. 業務に集中しすぎた
18. 業務に集中しすぎた	40. 集中しすぎ	88. 業務に集中しすぎた	89. 業務に集中しすぎた
19. 業務に集中しすぎた	41. 集中しすぎ	90. 業務に集中しすぎた	91. 業務に集中しすぎた
20. 業務に集中しすぎた	42. 集中しすぎ	92. 業務に集中しすぎた	93. 業務に集中しすぎた
21. 業務に集中しすぎた	43. 集中しすぎ	94. 業務に集中しすぎた	95. 業務に集中しすぎた
22. 業務に集中しすぎた	44. 集中しすぎ	96. 業務に集中しすぎた	97. 業務に集中しすぎた

(スライド7)職業性ストレス簡易調査票の一例です。基準以上の高点数となった場合に高ストレス者と判定され、労働安全衛生担当者または事業主が産業医に報告、産業医は本人が面談を希望した場合に面談を行い、必要に応じて精神科や心療内科の受診を勧めます。

(スライド8)小休止。レンヌにて、旧証券取引所。2023.12.10



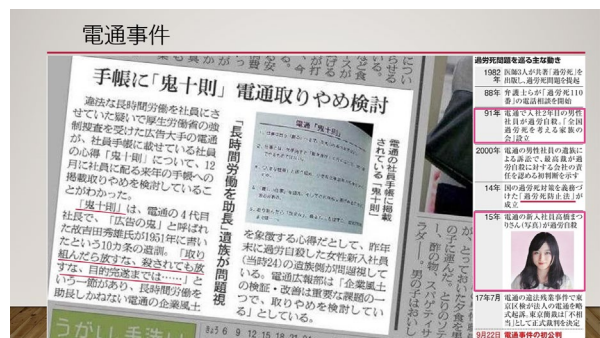
(スライド9)さて、このCMはみなさんよくご存じのことと思います。

この時点ではバブル景気はまだ終わっていません。24時間戦えますか?とジャパニーズビジネスマンを鼓舞しています。しかし、この直後、1990年代初頭にバブル経済が崩壊します。

(スライド10)バブル崩壊後の日本経済の衰退は、当初言われた“失われた10年”が、20年、30年と言い換えられるほど長期化しました。山一証券の野澤社長の“社員は悪くありませんから…”と号泣していた姿、記憶に焼きついています。このような経済不況の環境下で電通事件が起こります。

1990年代初頭 バブル崩壊

1990年～2000年 “失われた10年” バブル崩壊後の不況、金融破綻
1997年 三洋証券、北海道拓殖銀行、山一証券の倒産
1998年 日本長期信用銀行、日本債券信用銀行の倒産
1990年～2010年 “失われた20年” デフレーション、世界金融危機
2008年 リーマンショック
1990年～2020年 “失われた30年”
2011年 東日本大震災、福島原発事故



(スライド11)“過労死”という概念はこの電通事件をきっかけにクローズアップされるようになったといわれています。2014年には過労死防止法が成立しますが翌年ふたたび電通で過労自殺が発生しました。1例目の判決では、酒席で上司から靴の中に注がれたビールを飲むよう強要されたり、靴の踵で叩かれるなどのパワーハラスメントの事実も認定されました。長時間労働+ハラスメントによるメンタル不調からうつ病をきたし自殺に至ったわけです。

2月は平和構築と紛争予防月間です

(スライド12) 過労自殺は後を絶ちません。本人のまじめすぎる性格や責任を背負いこむ性格も過労自殺の一因ですが、メンタル不調の兆候は必ずや表れていたはず。これを見過ぎないようにしなければなりません。



(スライド13) モン・サン・ミシェルから望むサン・マロ湾 2023.12.11

(スライド14) メンタルヘルスとは“精神面の健康”のことで、WHO は情緒的健康、知的健康、社会的健康、人間的健康これら全てが健全であることが精神面の健康が保たれている状態、としています。

1. メンタルヘルスとは

精神面（心）の健康

「情緒的健康」	自分の感情に気づいて表現できること
「知的健康」	状況に応じて適切に考え、現実的な問題解決ができること
「社会的健康」	他人や社会と建設的でよい関係を築けること
「人間的健康」	人生の目的や意義を見出し、主体的に人生を選択すること

2. メンタルヘルス不調の症状

- ・ 憂鬱な気持ちが続く
- ・ 無関心や不安感に駆られる
- ・ 夜眠れなくなった、寝てもすぐ目が覚めてしまう
- ・ 表情が乏しくなる
- ・ 遅刻や欠勤が増えた
- ・ 家事や仕事など、今まで当たり前でできていたことができなくなった
- ・ 仕事のミスが増える
- ・ 身だしなみに無頓着になる

(スライド15) メンタルヘルス不調の症状をスライドに掲げましたが事業主や上司が気づきやすい症状としては“表情が乏しくなる”、“遅刻や欠勤が増えた”、“仕事のミスが増える”、“身だしなみに無頓着になる”などがあげられると思います。

(スライド16) メンタルヘルス不調が遷延するとスライドに掲げたような精神疾患へと進展します。うつ病は過労自殺を誘発する危険性が高い精神疾患です。

3. メンタルヘルス不調がトリガーとなる精神疾患

うつ病	意欲低下やうつ気分などの精神症状とともに、不眠や食欲低下、倦怠感などの身体症状が現れる気分障害の1つ。発症の原因は定かでないが、ストレスや身体の病気などさまざまな要因で発症するとされている。治療は、薬物療法、精神療法、運動療法などがあるが、治療に進む前に休養を十分にとることも重要とされている。
パニック障害 不安障害	突発的に、動悸やめまい、吐き気、手足の震えなどの発作を繰り返す症状が現れる精神疾患。いつ発作が起こるかかわからず、不安に苛まれてしまい、外出を避けるようになり日常生活に支障を及ぼすことも、薬物療法と精神療法を併用する治療が基本となる。
適応障害	ストレスが原因で心身のバランスを崩し、社会生活に支障が生じる症状（不安感、頭痛、過敏など）が現れる。原因となるストレスが明確な場合、状況によって薬物療法が必要なケースもあるが、治療においては原因となっているストレスを軽減することが必要。
依存症	特定の行動を止められなくなるという症状が出る状態を指す。アルコール、ニコチン、薬物などの物質のほか、ギャンブルなどの行動や習慣も対象になる。本人も依存症と認識できていないケースが多いため、患者数と治療者数に乖離が生じている。同じ依存症に悩む人々との集団精神療法や個別的精神療法など、個人に合った治療を続けることが大切とされている。ストレスが原因で心身のバランスを崩し、社会生活に支障が生じる症状（不安感、頭痛、不眠など）が現れる。原因となるストレスが明確な場合、治療によって支障が軽減する可能性があるが、治療においては原因となっているストレスを軽減することが必要。

4. メンタルヘルス不調の原因

- ・ 過重労働
- ・ 長時間労働
- ・ ストレス
 - 「労働環境、作業環境
 - ハラスメント
 - 過度のノルマ
 - 不適切配置
 - etc.

(スライド17) メンタルヘルス不調の原因として、まず長時間労働が挙げられます。電通事件、医師の過労死について先ほど供覧しました。医師の働き方改革が本年4月からいよいよ実施されます。そしてストレスです。労働環境、作業環境、ハラスメント、過度のノルマ、不適切配置、などがストレスとなるでしょう。

(スライド18) 法律で禁止されている3つのハラスメント、パワハラ、セクハラ、マタハラについては労働施策総合推進法で、事業主に防止策を講じることを義務付けています。2022年4月1日から中小企業も義務化の対象となりました。

2月は平和構築と紛争予防月間です

5. 法律で禁止されている3つのハラスメント

1. パワーハラスメント (パワハラ)
2. セクシュアルハラスメント (セクハラ)
3. マタニティハラスメント (マタハラ)

労働施策総合推進法で、事業主に防止措置を講じることを義務付けている
2022年4月1日から、中小企業も義務化の対象となった

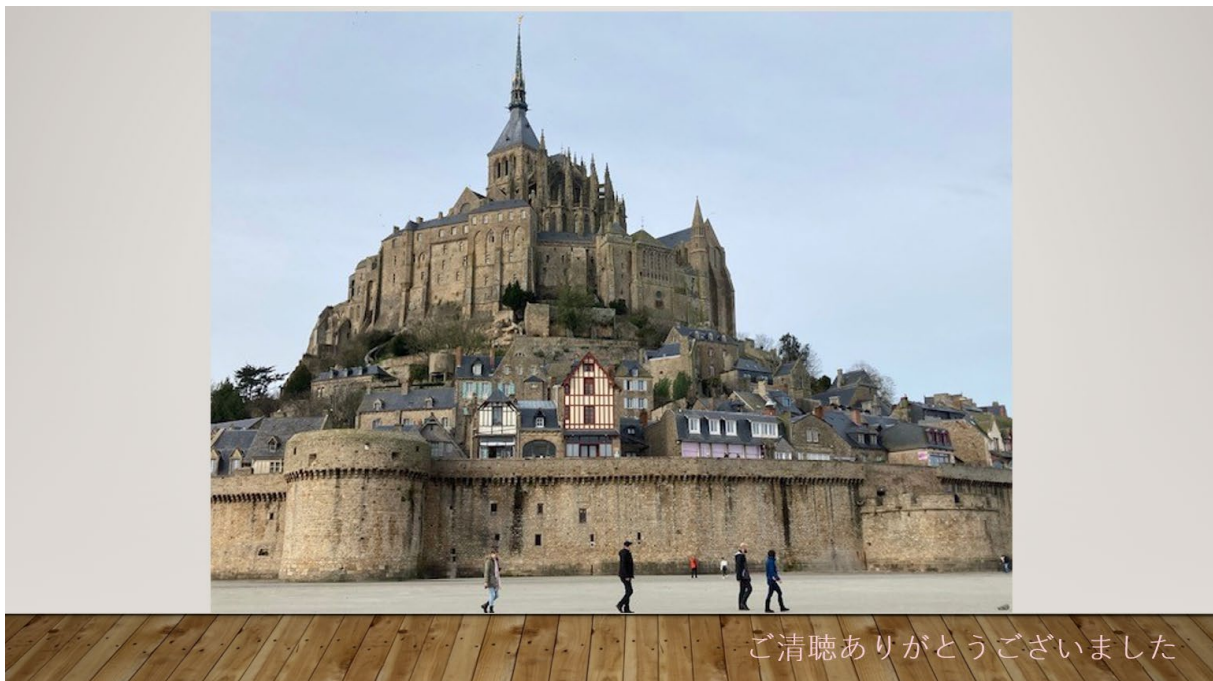
6. そのほか職場で注意したいハラスメント

カスハラ	カスタマーハラスメント
ジェンハラ	ジェンダーハラスメント
レイハラ	レイシャルハラスメント
アルハラ	アルコールハラスメント
リスハラ	リストラハラスメント
ジタハラ	時短ハラスメント

(スライド19)最後に様々なハラスメントをご紹介します。

本日は、精神障害に基づく労災請求件数の増加、過労死、過労自殺に触れ、その背景にあるメンタルヘルス不調、ストレス、メンタルヘルス一般について供覧しました。

(スライド20)ご清聴ありがとうございました。



出席報告 中島成則委員長

会員総数	出席者数	欠席者数	出席免除	メーク	出席率
53名	39名	14名	0名	4名	81.13%

ニコニコボックス 能勢竜司委員 入金額 40,000 円 累計 1,455,000 円

誕生祝御礼《会員》大塚会員 《ご主人》大河会員

新年会ご苦労様でした。廣井会員本日卓話宜しくお願ひします。 松崎会員

先週は新年会お疲れ様でした。廣井会員卓話宜しくお願ひします。 石塚(利)会員

廣井先生本日卓話よろしくお願ひ申し上げます。 五木田会員

廣井先生卓話楽しみです。皆様寒さが増してきました！お大事に。 北村(仁)会員

廣井会員本日は宜しくお願ひします。また、マルチプル表彰受けました。 古矢会員

廣井先生卓話よろしくお願ひします。 石塚(克)・淀名和 各会員

廣井先生今日はお勉強させていただきます。 北村(英)会員

2月は平和構築と紛争予防月間です

卓話楽しみにしております。 鈴木(茂)会員

廣井会員卓話楽しみにしております。 能勢会員

廣井さん卓話楽しみにしています。 宮本会員

本日も宜しくお願いします。 鯉沼会員

新年会例会お疲れ様でした。 中山会員

先日は新年会ご参加頂きありがとうございました！！ 小林会員

今年もどうぞ宜しくお願いします。 大河会員

財団表彰マルチプル6回目と7回目を頂きました。20日水戸、21日に日立でのロータリーの勉強に行きまして、帰ってきて酒を飲むとね・・・です。 青木(正)会員

『新年会分』47,000円(累計は新年会含む)

ロータリークラブ辰年初の新年行事、新年会宜しくお願いします。 松崎会員

新年会を楽しんでください。 石塚(利)会員

親睦委員会のみなさん、たいへんお疲れ様です。 石井・大澤 各会員

親睦委員会の皆様新年会設営ご苦労様でした。 淀名和・笹生 各会員

親睦委員会の皆様ありがとうございます。 宮代会員

おいしいお酒を飲みましょう。 倉持会員

新年会お世話になります。 染谷(正)会員

明けましておめでとうございます。 北村(英)会員

本年もよろしくお祈りします。 宮本・山中・斎藤(広)・青木(清)・渡邊(潤)・染谷(秀) 各会員

新年おめでとうございます。今年もよろしくお祈りします。 大堀会員

おめでとございます。89歳になりました。本年もよろしく。 大塚会員

おめでとございます。 武藤会員

ご苦労様です。 熊谷会員

能登半島地震お見舞い申し上げます。 石塚(克)会員

親睦委員会の皆様お世話になります。ガバナーノミニー事務所に机、椅子、パーテーション、ロッカーが届き、少しずつ形が整ってきました。あとは事務機器と電話です。事務員さんを募集中です。ご紹介下さい。

みなさんの事務所です。是非お立ち寄りください。 青木(正)会員

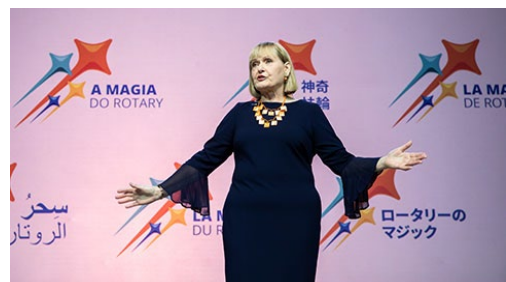
その他 小島・松村・松坂(武)・秋田・鈴木(茂)・雨谷 各会員

会報委員会 斎藤広巳委員長 能勢竜司副委員長 渡邊潤子委員

RI 会長エレクトが 2024-25 年度会長テーマを発表

国際ロータリーのステファニー・アーチック会長エレクトは、2024-25 年度会長テーマ「ロータリーのマジック」(The Magic of Rotary)を発表し、多くの人びとを救うロータリーの力を認識してこれをさらに広げるよう呼びかけました。

「誤解しないでください。私たちは魔法の杖を振って呪文を唱えるだけでポリオを根絶したり、世界に平和をもたらしたりするわけではありません」。1月8日、ロータリー国際協議会でアーチック会長エレクトは次期地区ガバナーにこう語りました。「それは皆さん次第です。プロジェクトを終えるたび、寄付するたび、新会員を迎えるたびに、皆さんはマジック(魔法)を生み出すのです」



2月は平和構築と紛争予防月間です

マクマリー・ロータリークラブ(米国ペンシルバニア州)の会員であるアーチック会長エレクトは、ドミニカ共和国で浄水器の設置活動に携わったときにロータリーのマジックを目にしました。そのとき、汚い水がフィルターに入り、反対側から透明な水が出てくるのを、二人の少年が見ていました。

「少年の一人が私の袖をつかんで、『もう一度魔法を見せて』と言ったのです」とアーチック氏。「もちろん、その浄水器が魔法なのではありません。浄水器を輸送し、設置し、現地のリーダーと協力してメンテナンスを行うために、私たちは懸命に活動しました。安全な水を簡単に入手できれば自分たちの人生が変わるということを、少年たちは知っていました。私が少しでもその力になれたと知ったことで、私の人生も変わったのです」

平和を優先する

アーチック氏は、ロータリーの行動計画を推進し、継続と変化のバランスを取り、平和のために活動するよう会員に促しました。2025年には「分断された世界を癒す」をテーマに会長主催平和会議を開催する予定となっています。

ロータリーには、平和センターのネットワークを通じて平和を促進してきた長い歴史があると、アーチック氏は述べました。世界各地の名門大学に拠点を置く平和センターは、現在140カ国以上で活躍する約1,800人の平和フェローを育ててきました。トルコのイスタンブールにあるバーチェシエヒル大学に設置される最新の平和センターでは、2025年に第1期フェローが学業を開始します。

「ロータリー平和フェローシップは、紛争を終わらせ、予防するきっかけとなる平和・開発の専門家を世界各地で育成するために、20年以上前に始まりました」とアーチック氏。「この会議は、ロータリーの平和活動に焦点を当て、ともに学ぶ機会となります」

アーチック氏はさらに、ポリオ根絶へのコミットメントについても繰り返し触れ、ポリオプラス・ソサエティへの参加や、各地区でのソサエティの創設など、ポリオ根絶のために全力を尽くすよう次期ガバナーに求めました。

「地元の議員や政府のリーダーに連絡し、ポリオが現在も脅威であることを伝えて、ポリオ根絶への支援を呼びかけてください。ポリオは今も私たちの最優先事項であり、最大限のコミットメントが必要とされます。成すべき重要な仕事はまだ多くあります」

継続と変化のバランス

また、継続と変化のバランスを取ることも強調し、どちらもロータリー行動計画の原動力であると述べました。

「この計画は、ロータリーの最善のアイデアを捨てるのではなく、それを土台として築いていくもの」とアーチック氏。「私たちは、バランスを取るという難題に直面しています。自分たちを変えつつも、自分たちの真の姿に忠実であり続けなければなりません」

さらに、クラブでの体験を会員にとって魅力的なものとするために必要な対策を取るよう、ガバナーに求めました。「これは、皆さんの地区でのやり方を変えることを意味するかもしれません。地区が過去50年間に同じ方法で物事を行ってきたのであれば、おそらくそれを見直す時が来ているでしょう。地区内のクラブが活発に活動していない場合、または会員が減っている場合、地域社会にもっと合った新クラブを結成する時が来ているのかもしれませんが。クラブや地区が長年変わっていないからといって、誰も変化を望んでいないわけではありません」

アーチック氏は、好ましい変化をもたらす一つの方法は、クラブで多様性、公平さ、インクルージョン(DEI)の原則を取り入れることであると述べました。

「行動志向の次世代の人たちをオープンな心で迎えていただけることを願っています。たとえ、地元クラブの典型的な会員とは異なるタイプの人であっても」とアーチック氏。「DEIを受け入れれば、共通の目的のために結束しやすくなります。ともに献身し、力を注げば、ロータリーは最も効果的で時代に即した存在になることができます」