

【お客様の紹介】 中野裕司会長

中野隆右様(東京立川こぶしRC)

鈴木一昭様(東京昭島RC 会長)

森島徳幸様(東京昭島RC 幹事)

三田 忠様

(東京昭島RC 創立50周年記念事業実行委員会 実行委員長)

大貫政義様

(東京昭島RC 創立50周年記念事業実行委員会 幹事)

〈卓話講師〉森川隆司様((株)ヒューマン・タッチ 代表取締役)

【お客様挨拶】

東京昭島ロータリークラブ 会長 鈴木一昭様

東京昭島ロータリークラブ 創立50周年記念

事業実行委員会 実行委員長 三田 忠様



鈴木一昭様



三田 忠様



本日は例会の貴重なお時間を頂戴し、有難う御座います。いよいよ4月19日に迫りました周年行事の集大成でもあります、記念式典のご案内とPRに参りました。50周年と申しましても、人生100年と言われるこの時代、まだまだひよっこでありますので、スポンサーでもあります立川ロータリークラブ様には、これからもご指導ご鞭撻をお願い申し上げます。来る4月19日ではありますが、実行委員会の方で一生懸命詰めている所でございます。恐らくこぶしの花が咲き乱れる良い季節の中で開催出来るのではないかと考えておりますので、変わらぬご愛顧の程宜しくお願い申し上げます。

ただ今会長から話しましたとおり、4月19日(木)で登録開始が15:30から、式典開始が16:30からとなります。当日は式典と祝賀会のための開催とさせていただきますので、是非ご来場の程お願い申し上げます。当日は昭島駅よりシャトルバスを増発させていただきますので、後程配布致しますリーフレットの概要をご覧ください、多くの方のご来場をお待ちしております。本日横断幕を持参しPRに伺っておりますが、早速中野会長様よりサインを頂戴しております。

【幹事報告】 田中 太幹事

●2/17(土) 環境保全委員会炉辺がパレスホテル立川にて18:00より開催予定。●2/19(月) 第4回クラブ協議会がパレスホテル立川にて18:30より開催予定。●本例会終了後第8回理事会開催予定。●テーブル上に「ガバナ一月信2月号」配布。●伊藤平八朗さんより貴重な資料をお預かりしたのでご報告致します。昭和2～15年迄の立川町でおこった飛行機事故に関する記事をまとめた本。事務局にて保管していますので、ご利用希望の方は幹事まで。



【ニコニコ発表】 親睦委員会 岩田明彦委員

●東京昭島ロータリークラブ様 本日は貴重なお時間を拝借し、4月19日に行なわれる、我が東京昭島ロータリークラブ創立50周年記念式典・祝賀会のPRに伺いました。ご多忙の所誠に恐縮ですが、何卒ご出席いただきますようお願い申し上げます。

●中野裕司会長 卓話講師 森川隆司様、東京昭島ロータリークラブ 会長 鈴木一昭様、東京昭島ロータリークラブ 幹事 森島徳幸様、東京昭島ロータリークラブ創立50周年記念事業実行委員会 実行委員長 三田 忠様、東京昭島ロータリークラブ創立50周年記念事業実行委員会 幹事 大貫政義様のご来訪を歓迎して。

●田中 太幹事 本日の卓話講師、森川隆司様の卓話、楽しみにしておりました。本日は宜しくお願い致します。鈴木一昭会長を始めと致します東京昭島ロータリークラブの皆様のご来訪を歓迎いたします。

●坂村英之さん 昭島RC 鈴木一昭さん、三田 忠さん等、悪友のご来訪を歓迎して。周年行事登録数は貸借です。そこんとこ宜しく!

●安藤明義さん 東京昭島ロータリークラブ会長 鈴木一昭様、幹事森島徳幸様のご来訪を歓迎致します。

●伊藤平八朗さん 結婚記念誠にありがとうございます。パスト会長小野さんと会場は別でした。

●中山賢二さん 妻の誕生祝い有難うございます。

●中野均平さん 妻と私の誕生日祝い有難うございます。

●大高 均さん 苦節三年、練習は裏切らない、グアムゴルフ合宿の成果を生かし、見事入賞、榎戸氏のがまん強さ、経済力に感服します。

●鈴木孝一さん 妻の誕生記念月のお祝いありがとうございます。

●宇都木健太さん 森川様、本日は千葉からお越し下さりありがとうございます。卓話楽しみにしております。

●亀田真理さん 前回新会員卓話に際し温かいお言葉、ありがとうございます。

本日合計 52,000円 本年度累計 1,968,000円

【卓話講師紹介】

プログラム委員会 宇都木健太副委員長

先日会社のパソコンを開きますと、昨年実施されたストレスチェックなる診断票が届きました。結果は予

想に反しましてストレスはほぼ無しとの事で、その後医者に掛かる事もありませんでした。10年ぐらい前を振り返りますと、その頃はこのような診断もありませんでした、今では心のケアなる窓口まで設置されておりまして、職場での環境も大きく変わってきていると感じます。本日は臨床心理士でもあり、企業向けのメンタルヘルスも多数行なっております(株)ヒューマン・タッチの森川様にを招きし、ここに至る社会的背景ですとか、取り組みをお話し頂きたいと思っております。



「メンタルヘルス対策、ハジメの一步」
(株)ヒューマン・タッチ 代表取締役 森川隆司様

今日はこの様な伝統ある会にお招き頂き、宇都木様始めとする関係各位に御礼申し上げます。臨床心理士として、企業のメンタルヘルスに取り組み、また病院とも連携しております。都内では日本医科大学様、くじらホスピタル様等との連携で、患者様の心理療法や先進療法も担当させて頂いております。またストレスチェックは義務化されましたので、皆様の職場でも大きなtopicかと思っておりますので、ご紹介をさせて頂きたいと思っております。実は自身は仕事で船に乗っていましたが、元々は飛行機乗りになりたかったのですが、目が悪く夢が叶わなかったもので、船乗りとなりました。そこで自分がメンタルに弱い事を気付いたのと、船酔いがひどい航海士という事で2年弱で船を降り、プロジェクトマネジメント等をしておりましたが、その後夜学の大学院に通った後に起業し、現在10期目で、現在は海上保安庁の担当カウンセラーもさせて頂いております。また丁度昨年福祉の施設の就労移行支援施設も立ち上げました。また弊社は千葉県船橋市ですが、船橋市から生活困窮者自立支援法に基づいて、市内の中学生約300名を対象として高校受験の学力を身につけるための授業をさせて頂いております。また二年前にラブソングというドラマで、福山雅治さんが臨床心理士の役を演じるという事で、監修のお仕事を頂き、度々撮影現場にも足を運びまして、有難い経験もさせて頂きました。またWOWOWのドラマでコールドケースがありますが、ここでも臨床心理士の監修もさせて頂いております。皆様も感じられているかと思いますが、職場では従業員の約6割の方が強い不安やストレス・不安を抱えております。一番大きいのは人間関係、そして仕事の量・質の問題がストレス要因となっております。また自殺については年間3万人を切りましたが、まだまだ多くあります。また過労死や労災認定件数が右肩上がりになっておりまして、平成23年からは判断指針が出



ておりまして、月の労働超過時間が160時間を超えた場合で過労死等があった場合、業務禁止という事になりますし、セクハラ・パワハラといった所でもメンタルの負担の基準が出来ましたので、その認定も増えてきております。先般起こった第二の電通事件における判例もあって、従業員の方を保護していく流れも大きくなっています。この流れの中で何故にメンタルヘルス対策が行なわれているかというと、5～10年前はリスク回避、リスクマネジメント、生産性の向上のためにと伝えておりましたが、現在は生き生きとした職場経営で従業員の皆様へのびのびと働ける中で利益確保をする、すなわち経営課題として体の健康や心の健康を考えていこうとなっています。国も政策として、メンタルヘルス対策の法規類として、労働契約法の中の健康配慮義務や労働安全衛生法では衛生委員会での調査審議や、長時間労働者への医師による面接指導の実施、あるいは一昨年施行された50名以上の事業場でのストレスチェックの義務化が進められております。又指針として、こころの健康づくり計画書の作成や、4つのケア、また休業した労働者の職場復帰支援の手引きも出来ております。現在各地には産業保健推進センターがあり、促進員として年数回訪問して策定する事が出来ますので、皆様の事業所でも必要となれば、公的機関と接触を取って活用されてみてはいかがでしょうかと思います。また労基署からも「メンタルヘルス対策自主点検票」というものが作られておりますので、皆様の事業所でも先程の法規類に基づいて、最低限取り組んでいきたいと思います。しかし実際はどこから取り組むのかという事もあろうかと思いますが、まず管理監督者研修という教育研修から始めて、その後ストレスチェックの実施、相談窓口の設置等の順で取り組まれている企業が多くなっています。ただいきいき職場づくりに向けてのメンタルヘルス対策は、非常に俯瞰して見た場合には色々な取り組みがあります。一次予防・二次予防・三次予防と言われるものですが、一次予防は全従業員への各種取り組み、二次予防は全予備軍の方への取り組み、三次予防は不全者への取り組みとなっております。これを全てメンタルヘルス対策と総称した時には、やれるべき事も多く多岐にわたる事があるかと思えます。そのような中での中小企業での対策のポイントとしては、まず指針や健康づくり計画の策定、そして衛生委員会等での調査審議、続いて管理監督者研修の実施という事で、「気づき・声がけ・聞く・繋ぐ」が重要になりますので、不調者に気付いたら声がけをして話を聞いてあげて、最終的に次に繋げてあげる、という事が出来るよう研修をしていける企業も増えております。そして相談窓口の設置やストレスチェックの実施に繋がっていきます。このストレスチェックについてですが、先程申し上げたように50名以上の事業所には義務化されております。労働者に対して、医師・保健師等による検査を実施して直接本人に通知さ