

# 男女労働者のための健康職場づくりチェックリスト

このチェックリストには男女労働者の負担やストレスを減らして、快適に安心して働くための健康職場づくりのアイデアが盛り込まれています。日本産業衛生学会労働衛生国際協力研究会と就労女性健康研究会のワーキンググループメンバーにより、アジア各国における労働衛生の現場担当者・研究者の方々との意見交換を通じてまとめられました。

このチェックリストは男女労働者の職場環境の良否をチェックするものではありません。職場で取り上げる具体的な改善策を選択形式で選ぶチェック方法となっています(アクションチェックリストと呼ばれています)。このチェックリストは職場で一緒に働く労働者同士によるグループ討議などで利用して、男女労働者が安心して安全に働くことのできる健康職場づくりに活用することが効果的です。



## 【チェックの手順】 - チェックリストの具体的な使い方 -

- ここに38項目のチェックポイントには、母性保護の推進、キャリア支援、職場環境・作業環境の改善、職場ストレス軽減など働く人のための健康的な職場作りをすすめる上での改善方法が盛り込まれています。
- 各チェック項目についてそこで述べられている対策について次のように記入します。
  - その対策が不必要で、今のままでよい(その対策が講じられているか、考える必要がない)場合は「いいえ」の「」にレ印をつけてください。そして、すでに職場で対策が行なわれている場合には、その内容をメモ欄に記入してください
  - その対策が必要(改善がこれから行なわれることが必要)な場合は、「はい」の「」にレ印をつけてください(すでに対策がとられていても、さらに改善が必要と考えられるならば、この「はい」にレ印をつけてください)。
  - つぎに、「はい」に印のついた一つ一つの項目について、その対策を優先して取り上げたほうがよいものに、「優先」の「」にレ印をつけてください。

このチェック結果は、グループ討議を通して、働く人のための健康職場作り優先課題の洗い出しに使うことを目標にしています。グループ討議に役立つような感想も、適宜、書きとめておいてください。

## A. 安全で健康な職場の方針

このような対策を提案しますか？

- (優先健康問題対策) 労働安全衛生対策の中で、男女労働者それぞれに優先的に対策が必要な健康問題(健康リスク)を取り上げます。 いいえ はい ---- 優先
- (情報交換) 性差の考慮が必要な危険有害要因(健康リスク)とその予防策に関する情報交換を組織的に行います。 いいえ はい ---- 優先
- (参加による計画作成) 男女労働者およびその代表者が、労働衛生対策の計画作成と実施に参加するようにします。 いいえ はい ---- 優先  
メモ:

## B. キャリア支援

このような対策を提案しますか？

- (キャリア支援の均等) 個人の要望を満たすような、能力向上(キャリア支援)の機会をすべての労働者に均等に確保することを推進します。 いいえ はい ---- 優先
- (研修機会) 個人の能力向上(キャリア支援)のための研修と問題(関連リスク)への対策の機会を設けます。 いいえ はい ---- 優先
- (技能の向上) すべての労働者に対して、長期にわたる連続的な単純労働、あるいは負荷の過大な職務を避けます。 いいえ はい ---- 優先  
メモ:

C. 労働時間と休憩	このような対策を提案しますか？
7. <b>(適切な労働時間)</b> 1日、1週、1ヶ月および年間の労働時間の目標を設定して、労働時間短縮を促進します。	[ ] いいえ [ ] はい ---- [ ] 優先
8. <b>(夜勤と交代勤務)</b> 夜勤および他の不規則勤務を最小限にし、そのような勤務間に十分な休息時間を確保します。	[ ] いいえ [ ] はい ---- [ ] 優先
9. <b>(休日と有給休暇)</b> 工作中的の休憩を適切に確保し、十分な休日と年次有給休暇を確保します。	[ ] いいえ [ ] はい ---- [ ] 優先 メモ:
D. 人の移動や物の運搬・移動	このような対策を提案しますか？
10. <b>(保管場所の整理)</b> 作業資材や工具等の保管のために、よく整理された場所や棚を、職場近くに設けます。	[ ] いいえ [ ] はい ---- [ ] 優先
11. <b>(移動式運搬装置)</b> 資材運搬用の扱いやすい台車や他の移動式運搬装置を用います。(人の移動用の機器を含む)	[ ] いいえ [ ] はい ---- [ ] 優先
12. <b>(負荷の少ない挙上)</b> 人や重量物を挙上する際には、機械装置を使用します。	[ ] いいえ [ ] はい ---- [ ] 優先 メモ:
E. 作業環境	このような対策を提案しますか？
13. <b>(届きやすさ)</b> たびたび使われる資材と工具を、労働者が容易に届く範囲に置くように、作業場所のレイアウトを改善します。	[ ] いいえ [ ] はい ---- [ ] 優先
14. <b>(よい作業姿勢)</b> できる限り身体に負荷をかけずに作業が行えるように、自然な作業姿勢を確保します。	[ ] いいえ [ ] はい ---- [ ] 優先
15. <b>(上肢負担の軽減)</b> 作業対象の人や物を保持する装置や他の機器によって、手と腕への過大な負荷や、繰り返し作業による負荷を軽減します。	[ ] いいえ [ ] はい ---- [ ] 優先
16. <b>(わかりやすい表示)</b> 作業ミスを避けるために、見やすく分かりやすい標識、ラベル、配色を用います。	[ ] いいえ [ ] はい ---- [ ] 優先 メモ:
F. 傷害予防	このような対策を提案しますか？
17. <b>(機械の適切な防護装置)</b> 機械の可動部に安全防護装置を設置します。	[ ] いいえ [ ] はい ---- [ ] 優先
18. <b>(危険部位の回避)</b> 危険部位での作業を回避するために、安全な供給装置や自動停止システムを用います。	[ ] いいえ [ ] はい ---- [ ] 優先
19. <b>(指示と警告)</b> 効率的で安全な作業を確保できるように、警告表示と安全指示書を掲出します。	[ ] いいえ [ ] はい ---- [ ] 優先
20. <b>(緊急時への備え)</b> 緊急時計画と避難経路および手順を確立し、労働者を訓練します。	[ ] いいえ [ ] はい ---- [ ] 優先 メモ:
G. 有害要因への曝露の低減	このような対策を提案しますか？
21. <b>(有害要因の代替)</b> より安全な作業工程を確保するため、有害要因源を代替するか除去します。	[ ] いいえ [ ] はい ---- [ ] 優先
22. <b>(有害源の隔離)</b> 寒冷・暑熱、騒音、粉じん、化学物質、感染症や他の労働者に明らかに影響を及ぼす有害要因の発生源を隔離するか困います。	[ ] いいえ [ ] はい ---- [ ] 優先
23. <b>(個人用保護具の使用)</b> 適切な形式で個々の労働者に適合した個人用保護具を選定して、保守し、指定場所におけるその適切な使用について労働者を訓練します。	[ ] いいえ [ ] はい ---- [ ] 優先 メモ:

H. ストレス対策	このような対策を提案しますか？
24. (適切な職務分担)特にストレスの大きい職務については、業務量の見直しや職務分担の変更等の調整を検討します。	[ ] いいえ [ ] はい ----- [ ] 優先
25. (コミュニケーションとチームワーク)日常作業におけるコミュニケーションとチームワークの組み方を改善します。	[ ] いいえ [ ] はい ----- [ ] 優先
26. (相互支援)日常作業における問題点について、労働者が同僚や上司等に相談できるようにします。	[ ] いいえ [ ] はい ----- [ ] 優先 メモ:
I. 福利厚生施設とサービス	このような対策を提案しますか？
27. (福利厚生設備)衛生的なトイレ、洗面設備、清潔な飲み水、休憩施設や食堂など、必要不可欠な福利厚生施設を設けます。	[ ] いいえ [ ] はい ----- [ ] 優先
28. (バランスのとれた食事)栄養のバランスの取れた食事が摂れるように、労働者に助言します。	[ ] いいえ [ ] はい ----- [ ] 優先
29. (育児介護支援)適切な託児サービスを用意し、個人のニーズに応じて育児介護休暇が容易に取得できるようにします。	[ ] いいえ [ ] はい ----- [ ] 優先 メモ:
J. リプロダクティブ・ヘルス(母性保護・母子保健等)	このような対策を提案しますか？
30. (産休制度の整備)十分な産前産後休暇を確保し、代替要員と産後の復職について適切に調整します。	[ ] いいえ [ ] はい ----- [ ] 優先
31. (妊娠時の就業配慮)妊娠時および産後の労働者が必要とする場合、就業配置についての配慮を行います。	[ ] いいえ [ ] はい ----- [ ] 優先
32. (リプロダクティブ・ヘルスに関する情報提供)適切なリプロダクティブ・ヘルス対策についての研修と情報の提供を管理者と労働者に対して行います。	[ ] いいえ [ ] はい ----- [ ] 優先 メモ:
K. 暴力とハラスメントからの労働者の保護	このような対策を提案しますか？
33. (職場暴力の防止)職場暴力に対する防止対策を講じ、それらの対策について管理者と労働者を研修します。	[ ] いいえ [ ] はい ----- [ ] 優先
34. (職場ハラスメントの防止)職場ハラスメントに対する対応手順と被害者支援手順を確立し、それらの手順について管理者と労働者を研修します。	[ ] いいえ [ ] はい ----- [ ] 優先
35. (均等処遇)均等処遇を重視する職場文化を確立するために、管理者と労働者を研修し、おこりうる差別問題への対応について対話の場を設けます。	[ ] いいえ [ ] はい ----- [ ] 優先 メモ:
L. 保健サービス	このような対策を提案しますか？
36. (健康調査)男女労働者に対する産業保健問題を評価するために、定期的な健康調査を実施します。	[ ] いいえ [ ] はい ----- [ ] 優先
37. (健康相談)性差に配慮した利用しやすい健康相談窓口を設けます。	[ ] いいえ [ ] はい ----- [ ] 優先
38. (監査とレビュー)現行の産業保健活動(産業保健プログラム)が男女労働者のニーズにあった優先健康問題(健康リスク)対策として行なわれているか見直します。	[ ] いいえ [ ] はい ----- [ ] 優先 メモ:
39. (追加項目) _____	[ ] いいえ [ ] はい ----- [ ] 優先
40. (追加項目) _____	[ ] いいえ [ ] はい ----- [ ] 優先