

すると、「重要な仕事はさせていない」という上司さんの配慮が、逆に若手社員のストレスを高める方向に作用していた可能性もあるわけです。やはり、職場で十分コミュニケーションが取れていないということが、メンタル不調を生みやすいし、またそれに気づきにくくさせます。職場の風通しを良くし、メンタル不調者を出さない職場づくりを心掛けていきたいものです。

ニコニコ箱

ありがとうございました

- 谷口 文利さん 戸井先生、卓話宜しくお祈りします。
- 細川 竜二さん 先日の妻の誕生日にきれいなお花をありがとうございました。
- 山本 進三さん 戸井さま、本日は卓話よろしくお祈りします。
- 吉田 篤生さん 戸井様、本日は卓話ありがとうございました。職場のメンタルヘルス対策とてもたのしみです。
- 阪神タイガース応援団一同

本日の累計 15,000円(計4名 5件) [お誕生日お祝い 405,000円 皆出席表彰 35,000円 その他 1,198,700円 累計額 1,638,700円]

本日の例会	3月19日(木)	前回の例会	3月12日(木)
卓話「自分らしく生きる道 ~真っ直ぐに信じた道を突き進め」	第5代WBC世界フライ級チャンピオン 真道 ゴーさん	卓話「職場のメンタルヘルスと傾聴」	りんどう司法書士事務所 司法書士・産業カウンセラー 戸井 洋木さん
ピアノ演奏	美女と野獣(Alan Menken) 愛を感じて(Elton John) 中井 利枝さん	ロータリーソング	「四つのテスト」「四季の歌」 内畑 瑛造 ソング委員長
次回例会	3月26日(木)	ビジター紹介	細川 竜二さん 和歌山南R.C. 大林 久夫さん
卓話「第二の故郷 和歌山」	中国琵琶奏者 苑 蓉さん	メイキャップ	敬称略
		3月11日(水)	和歌山西R.C. 笹島 良雄
		3月13日(金)	和歌山中R.C. 笹島 良雄

出席報告	会員数 42名(内出席規定適用免除会員14名)	3月12日(本 日)	26名/34名	76.5%	皆さん、出席してください。
	堀岡 忠男 会員	2月26日(メイキャップ後)	26名/34名	76.5%	

良くしよう! ~ improve our Rotary! ~

今できることを精一杯

「ロータリーに輝きを」LIGHT UP ROTARY

2014~2015年度 和歌山東ロータリーのテーマ

2015年3月19日(木) 週報/VOL.56 No.34 (通巻2674)

2014~2015年度 国際ロータリーのテーマ

国際ロータリー第2640地区 和歌山東ロータリークラブ URL: http://www.werc.jp E-mail: info@werc.jp

会長報告

山本 進三 会長



皆さんこんにちは。3月に入り暖かくなってきたと思いきや、最近は季節が逆戻りしてしまったかのようです。暖かい春が来るのが待ち遠しいですね。昨日で東日本大震災から4年が経過しました。まだまだ復興が完了した訳ではありませんが、福島では除染作業が進み、基準箇所の88%で放射線が目安線量を下回ることができたとのことです。とりあえずは将来のメドが立ち良かったのではないのでしょうか。

問題はチェルノブイリと同じく、今後周辺住民(特に子供)に放射線による癌が発症しないかということですが、その癌の早期発見について、このほど九州大学では、1滴の尿から癌の有無を高い精度で判別することに成功したとのことです。癌患者の呼気や尿には特有の臭いがあることが知られているようで、「がん探知犬」を使った診断手法も以前から研究されていたようですが、育成に時間がかかり、普及には課題が多いようです。九大の研究チームは、体内に寄生した線虫アニサキスを手術で取り除こうとした際、未発見の胃がん部分に集まっていたことに着目しました。

実験では、C・エレガンスという、犬と同程度の嗅覚を持ち、好きな臭いに集まり、嫌いな臭いから逃げる習性がある線虫を使用したところ、尿一滴で242人の中から、癌患者23人を正しく判定することができたそうです。がん患者をがんと診断できる確率は95.8%に達し、がんの種類や進行度にかかわらず判別が可能。血液を調べる腫瘍マーカーで、同じ患者らを検査した結果は診断率16.2~25%しかありませんでした。がん患者24人のうち5人は、採尿時にはがんが見つからず、従来のがん検診で見つからない早期がんも判別できる可能性が高いとのことです。早期の実用化が楽しみです。今日は司法書士・産業カウンセラーの戸井洋木(といひろき)さんに、「職場のメンタルヘルスと傾聴」という演題で卓話をいただきます。本日もよろしくお祈りします。

幹事報告

吉田 篤生 幹事



- ・地区より、「第20回日本青少年交換研究会・富士の国会議のご案内」が届いております。.....回覧
- ・東日観光(株)より、「2015年国際ロータリー年次大会(サンパウロ大会)参加旅行募集案内」が届いております。.....回覧
- ・本日の理事・役員会は7Fで開催しますのでよろしくお願いいたします。

卓話 「職場のメンタルヘルスと傾聴」

りんどう司法書士事務所 司法書士・産業カウンセラー 戸井 洋木さん



現在、精神疾患が急増しています。中でもうつ病など気分障害患者の増加は著しく、100万人近くの方が医療機関にかかっています。こころの問題は、特に働く世代に深刻な影を落とします。職場での取り組みも大切です。ある会社で、入社して2~3年の若い従業員がメンタル不調を訴えて休職しました。家族の話によると、本人は「仕事が大変で、入社してからずっと強いストレスを感じていた」と言っているそうです。これを聞いた直属の上司は激怒しました。「仕事が大変なんてとんでもない。彼はまだ経験も浅いから、当然重要な仕事はさせていない。残業もあまりさせないように配慮していたし、けっこう定時に帰っていたはずだ」というのです。

ある研究によると、20代の労働者は40代の労働者に比べ、量的な負担感は弱いものの、質的な負担感は強いと感じるそうです。つまり、若い従業員にとっては仕事量が多いことがストレスの原因になっているのではなく、仕事のやり方が分からなかったり、仕事における自分の役割が不明確だったりする「質的な負担感」がストレスの原因になっているわけです。