

2023年12月の重点目標 ハラスメントの撲滅

☆ 12月は職場のハラスメント撲滅月間！

厚生労働省では、12月を「職場のハラスメント撲滅月間」と定めています。

ハラスメント防止に関して当社の方針を今一度確認してみましょう。

職場におけるパワハラやセクハラ等の状況は多様ですが代表的な言動の類型としては右記の6つがあります。

状況により判断が異なることもあります。パワハラやセクハラ等に遭遇した、見かけた方は当社にも **本社現場、本社業務、新潟支社** それぞれ相談窓口がございますのでまずは一人で悩まずにご相談ください！

自分には関係ないと思わずに一人一人が相手への思いやりと敬意を大切に過ごしやすい職場づくりを進めていきましょう。

参照：厚生労働省 あかるい職場応援団より「ハラスメント基本情報」ハラスメントの類型と種類（最終アクセス日R5.11.15）

冬の水分補給について



唐突ですが、最近水分補給していますか？人間の体の約60%は水分です。毎日食べ物や飲み物などから2~2.5リットルの水分を摂取し、尿や便、汗などで同じくらいの量の水分を体から排出しています。これは季節が変わってもあまり変化ありません。なのでこの時期、熱中症の危険は去りましたが、水分補給の重要性は夏場と変わってはいないのです。

水分補給は喉や鼻の粘膜をうるおしてウイルスの侵入を防ぐと同時に侵入したウイルスを痰や鼻水によって体外に排出する作用を助けます。

また、水分摂取が少ないと、血液の粘度が上がり、いわゆる「ドロドロ」の状態となります。ドロドロ血液によって血管が詰まりやすくなり、結果として脳卒中や心筋梗塞を引き起こす可能性が高くなります。

そしてこの時期、忘年会や新年会など飲酒の機会が多くなります。アルコールには利尿作用があるため、飲酒が過ぎると体は脱水状態となります。アルコールを飲んだら意識的に水分を補給して、脱水状態を防ぎましょう。

風邪対策、脳卒中・心筋梗塞予防、忘新年会に水分補給をお忘れなく！

参照：協会けんぽHP 健康サポート 季節の健康情報「12月冬の水分補給」（最終アクセス日R5.11.15）

ハラスメント防止に関する方針

従業員各位

「ハラスメント防止に向けて」

ハラスメント行為は人権にかかわる問題であり、従業員の尊厳を傷つけ職場環境の悪化を招いてしまいます。また、社内だけでなく、協力会社、取引会社等の従業員への対応においても、ハラスメント行為はあってはなりません。

株式会社アシストは、ハラスメントなどの解決のために相談窓口を設けました。相談者や、事実関係の確認に協力した方に対し、不利益な取り扱いはいりません。

管理職を始めとする全従業員は、研修などにより、ハラスメントに関する知識や対応能力を向上させ、そのような行為を発生させない、許さない企業風土づくりを心掛けましょう。

株式会社アシストは、「ハラスメント行為はしない、させない、許さない、そして見逃さない」に努め、従業員一人ひとりが互いに尊重し合える、安全で快適な職場づくりに取り組んでまいります。

令和 4 年 4 月 1 日
株式会社 アシスト
代表取締役 青池 仁

あなたの周りにありませんか？こんなパワハラ。

①身体的な攻撃



●殴打、足蹴りを行う
●相手に物を投げつける

②精神的な攻撃



●人格を否定するような言動を行う
●長時間にわたって、業務に関する厳しい叱責を繰り返す

③人間関係からの切り離し



●一人の労働者に対して同僚が集団で無視をし、職場で孤立させる

④過大な要求



●労働者に業務とは関係のない私的な雑用
●業務を強制的に行わせる

⑤過小な要求



●管理職でもある労働者を過酷させるため、誰でも遂行可能な業務を行わせる

⑥個の侵害



●労働者を職場外で継続的に監視したり、私物の写真撮影をしたりする



参照：厚生労働省HP「健康のため水を飲もう推進運動」（最終アクセス日R5.11.15）