じんけん通信

あなたの職場は大丈夫？

身近に潜むハラスメント

■人権課 ☎57-8507

令和８年10月１日からハラスメント対策が強化されました。企業規模を問わず全ての事業主に対して、カスハラや求職者などに対するセクハラの防止措置が義務となりました。ハラスメントは、特別な場所で起きる特別な問題ではなく、私たちの日常や職場、身近なコミュニケーションの中に潜んでいます。

私たちの身近にあるハラスメント

ハラスメント（嫌がらせ）にはさまざまな種類があり、相手の尊厳を傷つけ、心身の健康を損なう人権侵害にあたる場合があります。

パワハラ

優越的な関係を背景に業務の適正範囲を超えて、精神的・身体的苦痛を与える行為。
※上司によるパワハラだけでなく、部下からの逆パワハラが増えています



セクハラ

性的な言動により、相手に不快感を与えたり、就業環境を害したりする行為。





マタハラ

妊娠・出産・育児休業などを理由とした、職場での不利益な扱いや嫌がらせ。



カスハラ

顧客や取引先からの著しい迷惑行為や理不尽な要求、働く人の心身を深く疲弊させる行為。

注目！ ロジハラ（ロジカルハラスメント）

「ロジハラ」とは、理屈詰めや過度な論理性で相手を追い詰め、精神的な苦痛を与える行為です。

中には一見もっともな言葉も含まれるため「正論パンチ」とも呼ばれ、ハラスメントの中でも「加害者に自覚がない」「周りも注意しにくい」という特徴があります。しかし、そこには客観的な真実というよりも**「個人の価値観やこだわりの押し付け」**といった矛盾が潜んでいることがあります。



例えば…

①過度なプレッシャーをかける
「その根拠はどこにあるの？説明して。」と、相手が委縮するような詰め方をする。

②過去の失敗や矛盾点を繰り返す
「何度言ったら分かるの？言ってること矛盾してない？」と、逃げ場をなくす。

③自分のやり方を一方的に押しつける
「普通に考えたら、このやり方以外あり得ないよね？」と相手の意見や状況を聞かない。

もう意見が言えない!? 何を言えばいいの？

仕事をする上で、「論理的思考」や「効率性」は特に大切な能力です。しかし、それらが**「相手を打ち負かすための道具」**になってしまうと話は別です。ロジハラを受けた人は「自分が間違っている」「自分には能力がない」と自己肯定感を大きく下げてしまいます。

「正しさ」はもちろん大切ですが、たとえ正しい内容であっても、相手の立場や気持ちを無視した伝え方はハラスメントになる可能性があります。



大切なのは、「一緒に解決策を見つける姿勢」を持つことです。思いやりと尊重の気持ちを忘れず、誰もが心地よく働ける建設的なコミュニケーションを重ねていきましょう！



出典・詳細：ポータルサイト「あかるい職場応援団」▶

のばそう！健康寿命、
担おう！地域づくりを

高齢者クラブ参加者募集！



▲こいのぼり川渡し（野市町）

高齢者クラブでは…

超高齢社会を明るく、豊かで活力あるものにすることを目指して、高齢者自らが取り組む「健康」「友愛」「奉仕」の三大運動の推進を図るため、さまざまな活動を行っています。おおむね60歳以上の皆さんが、健康づくりや生きがいづくり、地域との交流を目的に活動をしています。

活動内容

健康づくり

▶体操教室
▶ミニ運動会
▶グラウンドゴルフ　など



▲グラウンドゴルフ（香我美町）

地域貢献

▶地域清掃　▶友愛訪問
▶花いっぱい運動
▶見守り活動　など



▲園児と花植え（夜須町）

趣味交流

▶料理教室　▶コーラス
▶合唱、カラオケ　▶交流会
▶日帰り旅行　など



▲料理教室（香我美町）

高齢者クラブに入ると



新しい仲間ができます！



健康づくりにつながります！



趣味や楽しみが広がります！



地域とのつながりが深まります！



生きがいづくりにつながります！

ぜひ一度のぞいてみませんか。皆さんの参加をお待ちしています。
※地区によって事業内容が異なりますので、一度お問い合わせください

問い合わせ　高齢者介護課　☎57-8510