

平成31年度船員災害防止実施計画について④

今週は、「生活習慣病などの疾病防止」及び「パワーハラスメントの防止とメンタルヘルスの確保」に対応した取り組み（対策）について紹介します。

疾病発生 の 現状

生活習慣病（心疾患等循環器系疾患・悪性新生物等）が、平成29年度の疾病による死亡原因の100%を占めています。インフルエンザやノロウイルスの感染症が、ひとたび発生したら船内で急速に広がり、重大な事態となります。

これらの疾病に対応するため、船員は日ごろからの健康管理を、船舶所有者は船員の健康状態の把握に努め、疾病の種類に応じて、次の防止対策を行うようにしてください。

▽生活習慣病対策

- ・定期的・継続的な健康検査で、健康状態の把握に努める。
- ・食生活の改善、適度な運動、喫煙の節制などに努める。
- ・船舶所有者は、栄養バランスが確保された食事を船内で提供できるよう、停泊地での外部供食サービス利用や、レシピの提供などによる船内調理業務の負担軽減に取り組む。

▽感染症対策

- ・感染症の予防対策としては、正しい知識と最新の動向を把握するとともに、それぞれの感染症に応じた予防対策を徹底する。
- ・「ノロウイルス対策」としては、調理前の手洗い、食品の十分な加熱処理、調理器具の消毒、感染者の排せつ物およびおう吐物の適切な処理などを徹底する。
- ・「インフルエンザ対策」としては、予防接種を積極的に受けるようにする。

▽居眠り防止対策

- ・睡眠不足等の体調面、眠気を催す薬の服用について、船舶所有者もその健康状態を把握し適切な対策を講ずる。

▽熱中症対策

- ・暑い日は、自覚症状がなくても水分・塩分を補給する。
- ・めまい、頭痛や吐き気などの異変を感じたら無理をせず、管理者に申し出て日陰で休むようにする。

▽パワーハラスメントの防止とメンタルヘルス確保の取り組み

- ・アンケート調査の結果によると、船員からパワーハラスメントに関する相談を受けたことがある事業者は全体の19%、メンタルヘルスに関しては16%。
- ・船舶所有者自らがパワーハラスメントに関する会社の方針を周知・啓発し、相談窓口の設置や研修を実施する。
- ・メンタルヘルスについては、ストレスチェック等を活用したセルフケア、船長・衛生担当者などの管理監督者によるラインによるケア、人事労務スタッフなどによるケア及び外部サービスの活用によるケアの実施に取り組む。

また、健康管理の観点から、全国健康保険協会が実施する「生活習慣病予防検診」を受診するなど、疾病の早期発見・早期治療につなげるようにしましょう。

4週にわたり紹介した「平成31年度船員災害防止実施計画」に沿った、災害防止活動の取り組みに努めてください。

平成31年度船員災害防止実施計画

<http://www.mlit.go.jp/common/001274378.pdf>