

## 「2021 春季生活闘争」討論集会開催！

### — 春闘方針素案示す —

連合福島2021春季生活闘争討論集会は、12月12日(土)13時～福島市「パルセいいざか」において、県内の構成組織・地区連合役員156名が出席した。新型コロナウイルスの感染症対策としてソーシャルディスタンスを遵守し開催。

連合福島を代表して今野泰会長より、「新型コロナウイルスの感染拡大に伴い不透明さが増し、不安や不満は一層強まっている。連合は7年連続のベア引上げの流れによる経済効果の回復・好転を目指す、雇用優先は賃上げ原資確保は難しく要求自体は

難しい。連合は雇用と賃上げは二律背反でない個別課題としている。今次春闘は連合福島も含め正念場とも言える。まさに産業民主主義の労働組合の指導性と運動が試されている。」と考え方を示した。



挨拶する今野会長



方針を説明する八巻局長

自動車総連・紺野副議長、電機連合・塩澤事務局長、私鉄総連・佐藤書記長、JAM・大宮副事務局長より報告と決意が示された会場全体で春闘の全体化を図った。また、自治労・福島県職労医大支部半沢副支部長の報告は、新型コロナウイルスでひっ迫する医療現場の現状と緊張感が伝わり、改めてソーシャルワーカーへのリスペクトと合わせ、対策予防の重要性を全体で確認できた。

最後に各産別の報告あるいは要望に対して連合福島八巻事務局長、今野会長より見解を示した。

続いて連合福島・八巻事務局長より「連合福島2021春季生活闘争方針(素案)」について説明を行った。産別の現状と課題・2021春季生活闘争に向けて、自



参加者の皆さん

## 新型コロナ感染症とこころのケア（４）働く人たちのこころの健康を守る

福島県立医科大学医学部 災害こころの医学講座 瀬藤乃理子

WHO（世界保健機構）が2020年1月にパンデミック（世界的大流行）を宣言してから、2020年は人々の暮らしは一変し、メディアから流れてくるニュースは、新型コロナ一色になりました。「新型コロナウイルス」は、自分や自分の大切な人達の命を奪う可能性のあるウイルスであることから、すべての人がこのウイルスに対して潜在的な恐怖や不安を抱いています。感染症対策のために、これまで普通に行っていたこと、例えば、人と気軽に会ったり、買い物に出かけたり、飲み会をしたり、家族や好きな仲間と旅行に行ったり・・・といったことが制限されました。できなくなって初めて、何気なく行っていたそのような活動が、息抜きの1つとして、いかに日頃のストレスを和らげていたかに気づいた人も多かったと思います。このような小さな制限の蓄積は、実は自分が感じている以上にストレスを増大させます。

今、新型コロナは個人の生活はもちろんのこと、人をとりまくすべての環境（システム）に影響を与えています（図1）。自分が住むコミュニティだけでなく、国や諸外国のすべてが新型コロナの影響を受けているために、個人の生活だけでなく、仕事上もその影響を大きく受けている人が少なくありません。例えば、自分自身がいくら対策をとっても、雇用主であったり、相手先だったり、顧客だったり、支援職であれば支援の対象者がコロナの影響を強く受けている場合があります。

このような大きな環境（システム）が強いストレス下にある状況で、最も影響を受けやすいのは、社会的に弱い立場の人たちと、その人たちを直接支える人たちといわれています。前者は、たとえば高齢者、障がい者、女性、子どもや学生、経済的に困窮している方、そして今は特に、新型コロナの感染者やコロナに強く影響を受けた業種（飲食、観光、製造、娯楽、販売業等）の人たちなどが入ります。後者は、医療従事者、行政職員、福祉や教育関係者、流通関係者など、幅広い分野の方たちが含まれます。

新型コロナが流行している状況の中では、多くの人が「自分や大切な人」のいのちや生活を守るために必死です。しかも、多くの人がストレスフルのため、気分が落ち込んだり、いらいらすることも起こりやすい状況です。しかし、そのような今だからこそ、最も影響を受けているそれらの人たちに対して、優しい気持ちで心を寄せ、社会全体でその人たちを守ることが大切です。そして、影響を受けている人たち自身も、今まで以上に自分のストレスを和らげる方策（それを「セルフケア」といいます）を考え、実践していくことが大切です。そうしなければ、このパンデミックが長引くほど、強い人（国）、豊かな人（国）だけが生き延びるいびつな世界になってしまいます。

今だからこそ、感染症対策に配慮しながら、楽しい活動や息抜きをこれまで以上に実践しましょう。いつも以上に、健康的な食事や運動を心がけましょう。大切な人とは頻繁に連絡をとり、会話をしましょう。職場においても、お互いにねぎらいの声を頻繁にかけあいましょう。そして、今日1日が笑顔で過ごせるように、いろいろと工夫してみましょう。

自分だけではかかえきれないほどのストレスがある場合、それを見ないようにしたり、今はそれどころではないと自分の心に蓋をすることは、のちに心身に影響がでたり、その影響が長引くことがわかっています。その時に、重荷を減らすことが大切です。また、精神的な不調が続いたとしても、今の状況は、新型コロナウイルスの影響で起こっているものであり、自分自身を責めなくてよいのです。強いストレスを感じた時には、遠慮をせずに、信頼できる人を頼ってみましょう。大変な時に、人は助けてくれるものです。

職場の中では、管理者やチームリーダーの方が、職場の人たちのストレスをマネジメントする重要な担い手です。スタッフの健康を見守りながら、上司に、あるいは同僚どうしで相談しやすい職場環境を作りましょう。このような配慮は、先行きの見えない状況に対する不安を軽減し、心のコントロール感を増すために、とても役立つといわれています。

### 新型コロナウイルス感染症

