

1. 大切な「いのち」を守るために…vol.1

やめたくてもやめられない. 『ギャンブル等依存症』かもしれません

ギャンブルがやめられない、止められない、苦しい！それはギャンブル等依存症かもしれません。ギャンブル等依存症は回復できます。一人で悩まず、家族で悩まず、まず適切な機関へ相談してください。

●依存症とは？

特定の何かに心を奪われ、「やめたくても、やめられない」状態になることです。

依存する対象は様々ですが、代表的なものに、アルコール・薬物・ギャンブル・ゲーム・買い物等があります。特定の物質や行為・過程に対して「**やめたくても、やめられない**」、「**ほどほどにできない**」状態を「**依存症**」といいます。自分の意思ではコントロールできなくなり、本人や家族が苦しんでいるのであれば、それは改善が必要な状態です。依存症に関する正しい知識を身に付け、適切な対応をとっていくことが必要です。

●依存症が健康や社会生活へ及ぼす影響

こころ

- ・自分の置かれている状況への焦りや孤独感などから、こころの状態が安定しない
- ・感情をコントロールできない
- ・意欲の低下が著しい
- ・自己中心的になる
- ・思考能力が低下する など

体

- ・健康状態が悪くなる
- ・離脱症状（手の震え、動機、発汗、不眠など）が生じる
- ・慢性的な頭痛・めまい・吐き気・肩こり
- ・栄養障害
- ・体力の低下 など

社会性

- ・生活リズムが乱れ、学校や職場に行けなくなる
- ・不注意や判断ミスが増える
- ・依存物質/行為が最優先となり、ひきこもりがちになる
- ・周囲との関係が悪くなる など

●依存症へのプロセス ～ギャンブル依存症の場合～

依存症は、意思の弱さが原因だと思われがちですが、特定の物質の摂取や行為を繰り返すことで脳が異常をきたす「**脳の病気**」です。依存症は条件さえ揃えば、誰でもなる可能性があります。特別な人になるわけではないのです。

前頭前野

ギャンブルを連想させる何かを見たり、聞いたりすると、「ギャンブルをしたい」という強い欲求に襲われます。

脳内報酬系

「脳内報酬系」は、快感を得ると「ドーパミン」が放出されます。ギャンブルをやり続けて依存状態になるにつれ、快楽に鈍感になります。

(プロセス)



①ギャンブルを楽しむ



②次第に物足りなくなる



③金額や回数が増え、のめり込んでいき自分でコントロールできなくなる

④金銭や生活のことで問題が起きてもやめられない

●「趣味・嗜好」と「依存症」の違い

明確な違いはなく、量や時間、頻度だけでは判断できません。仕事や学校を休むなど、**生活に支障をきたしているのにやめることができません**、本人や家族が苦痛を感じていた場合は「依存症」と判断されます。



●あなたは大丈夫？ギャンブル依存症のセルフチェック



- ☐ ギャンブルをするときには、予算や時間の制限を決めない、決めても守れない
- ☐ ギャンブルに勝ったときに『次のギャンブルに使おう』と考える
- ☐ ギャンブルをしたことを誰かに隠す
- ☐ ギャンブルに負けたときにすぐに取り返したいと思う



4つのうち2つ以上あてはまる場合は、ギャンブル依存症の可能性があります。
早めの相談が回復へとつながります。お気軽にご相談ください。

●相談窓口

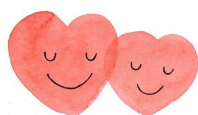
長崎市地域保健課では、依存症に関することの他にもこころの健康についてご相談をお受けしています。

長崎市精神保健相談ダイヤル

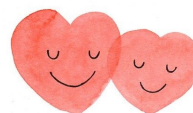
TEL：829-1311 時間 8：45～17：30 月～金（祝日除く）

その他の相談窓口

- ・「依存症対策全国センター 相談窓口」
- ・厚生労働省「依存症の理解を深めよう」～依存症かもと思ったら～



出前講座のご案内

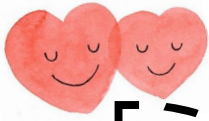


市民の皆さまのこころの健康につなげるため、長崎市地域保健課では、以下の出前講座を行っています。職員が皆さまの職場に出向いて、講座を開催します。職場のメンタルヘルス対策推進のため、職員研修等でぜひご活用ください。開催費は無料で、夜間、土日の開催も対応可能です。
＊出前講座の申し込み方法等の詳細につきましては、二次元コードよりご確認ください。



令和8年度 市政と暮らしの出前講座 ～地域保健課担当講座～

講座名	内 容
こころの健康	うつ病やストレスなど、こころの健康についての正しい知識を身につけ、その対応方法を学びましょう
ゲートキーパー養成講座 ～自殺を予防するために～	自殺の現状を知り、私たちにもできる自殺予防のポイントを学びましょう
良い睡眠でこころの健康づくり	健康づくりのための睡眠指針とは？睡眠障害についても学び、こころと体の健康づくりに取り組みましょう
飲酒とこころの健康	適正飲酒とは？より良くお酒とつきあう方法を学びましょう



令和8年度 「うつ病・双極性障害の家族教室」

うつ病・双極性障害のご家族の方々の学びの場です。
日頃の思いを他のご家族と語り合ってみませんか。

第1回

7月7日(火)
14時～16時

「うつ病・双極性障害について学ぶ」

長崎大学保健センター
精神科医師 木下 裕久 氏

第2回

7月14日(火)
14時～16時

「家族のかかわり方、訪問看護について」

訪問看護ステーションあんこう
看護師 松尾 幸洋 氏

第3回

7月21日(火)
14時～16時

「当事者の体験談」

第4回

7月28日(火)
14時～16時

「利用できる社会資源について」

相談支援事業所やまぼうし
バーニック 樹穂菜 氏、濱崎 しずか 氏



会 場 : 長崎市役所2階
市民利用会議室(魚の町4-1)
対象者 : 長崎市在住でうつ病または
双極性障害の方のご家族
参加費 : 無料

※ご本人の参加はできません。

❖申し込み方法❖

長崎市地域保健課
(829-1311)に
お電話にてお申し込
みください。

❖申込締め切り❖

6月30日(火)

❖担当❖

長崎市地域保健課



長崎市高次脳機能障害 当事者・家族会開催のお知らせ

高次脳機能障害を

知ろう、語ろう、繋がりよう

高次脳機能障害とは、脳血管疾患や交通事故などで、**脳にダメージ**を負った後、日常生活や学校生活に支障をきたしやすくなる状態のことをいいます。障害が外見上目立たないことから、本人も気づきにくく、周囲からの理解も得られにくいいため、適切な配慮がされにくいという特徴があります。

記憶障害

さっき言ったことを忘れたり、新しいことが覚えられず、日常生活に支障をきたします。



(例)

- ・忘れ物が多く、置いた場所が分からなくなる
- ・日時、場所、人の名前が覚えられない
- ・1日のスケジュールがわからない

注意障害

落ち着かず、ボーっとしたり、物事に集中できないため、日常生活がはかどりにくくなります。



(例)

- ・あくびが多く、ボーっとしている
- ・何をするにも疲れやすい
- ・言動にまとまりがない

高次脳機能障害の主な症状

遂行機能障害

段取りよく行動すること、目標を立てて達成することが、難しくなります。



(例)

- ・お金を計画的につかえない
- ・急な予定変更があるに対応できない
- ・指示された作業、動作にとりかかるのに時間がかかる

社会的行動障害

状況に適した行動が取りにくく、感情のコントロールが難しくなります。



(例)

- ・意欲の低下や何事もやる気が出ない
- ・他人とうまく交流できない
- ・ちょっとした言葉にイライラし、怒りっぽい

上記のような障害によって、生活に困難が生じていませんか？
同じ経験を持つ当事者・家族と繋がり、情報交換や相談ができる会を開催します。

本当は誰かに話したい、アドバイスをもらいたい...
そんな思いをお持ちでしたら、ぜひご参加ください。

日程：令和8年7月17日（金）

時間：13：30～15：30（13時開場）

場所：長崎市役所2階（多目的スペース）

対象：高次脳機能障害を抱える**当事者・家族**

締切：令和8年7月14日（火）

※原則 長崎市在住者

申込



https://apply.e-tumo.jp/city-nagasaki-u/offer/offerList_detail?tempSeq=12912

または
地域保健課
☎095-829-1153

共催 長崎市地域保健課 長崎市地域包括支援センター連絡協議会

みんなで支えよう

犯罪被害者等支援

犯罪被害は、いつ誰に起きるかわかりません
誰もががある日突然、犯罪被害者になる可能性があります



犯罪被害にあうと、どのような状況になるのでしょうか

犯罪被害者やその家族・遺族の方々(以下、「犯罪被害者等」といいます)は、犯罪等による直接的な被害だけでなく、その後も周囲の理解不足による精神的苦痛などの二次被害に苦しめられることも少なくありません。

心身への影響

身体障害、精神的ショック、精神的後遺症、再被害の恐怖



経済的な困窮

医療費・転居費用等の支出の増加、生計維持者の喪失・失職等



精神的な苦痛

周囲の心ない言動、SNS等による誹謗中傷、過剰な取材等



犯罪被害者等が、再び平穏な生活を取り戻すためには、地域の皆さんの理解と支えが必要です。

○市民の皆さんへのお願い

犯罪被害者等が傷つき苦しんでいるとき、周囲の人の支えが大きな助けになります。日常生活の手助けや付き添いなど、犯罪被害者等の助けになることはたくさんあります。

無責任なうわさ話や詮索をするのではなく、犯罪被害者等の怒りや悲しみを理解し、支えになってください。

○事業者の皆さんへのお願い

犯罪被害者等は、事件後生じる身体や心の不調を治療するための通院、さらには捜査や裁判に伴う時間的な拘束などが生じ、仕事を続けたくても辞めざるを得ない状況に置かれることも少なくありません。

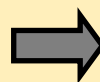
犯罪被害者が、仕事を辞めることなく、精神的・身体的被害を軽減・回復できるよう、勤労、勤務、休暇等について十分な配慮をお願いします。

長崎市の犯罪被害者等支援について

長崎市では、令和3年4月に「長崎市犯罪被害者等支援条例」を施行し、犯罪被害者等の方々が被害から回復し、再び平穏な生活を営むことができるよう、総合相談窓口の設置、見舞金・助成金の給付、心身の被害回復・二次被害等の防止、犯罪被害者等への理解の促進などの支援に取り組んでいます。

長崎市ホームページ

長崎市の犯罪被害者等への支援はこちら



長崎市犯罪被害者等支援のための総合相談窓口
長崎市市民生活部自治振興課

電話 095-829-1211

受付時間 8:45~17:30（土日・祝日・年末年始を除く）

市内の地元企業6事業者が新たに長崎市の地域貢献企業として認定を受けました！

長崎市では、自治会や地域コミュニティ連絡協議会などの地域団体が行う地域活動に貢献する事業者を「ながさき型地域貢献企業等」として認定しています。

具体的には、自治会等が実施する清掃活動への参加や行事への協力、また従業員が地域活動に従事する際に取得できる有給休暇制度（地域貢献休暇制度）の創設など、地域コミュニティの推進に多大な貢献をしている事業者を認定するものです。

この度、新たに6事業者を「ながさき型地域貢献企業等」に認定しましたので、ご紹介します。

地域貢献企業の皆様のなかには、本サイトでもご紹介している事業者も認定されていますので、ぜひ併せてご覧ください！

制度の詳細や各事業者の地域貢献活動の内容はこちらから↓↓

長崎市ホームページ：長崎の地域に貢献する企業等を募集します（ながさき型地域貢献企業等認定制度）<https://www.city.nagasaki.lg.jp/page/6223.html>



<新たに認定された事業者>

認定番号	事業所名	活動内容
25	株式会社南翔クレーン	・地域行事（鯉のぼり）への運営補助及び社用車提供 ・地域行事（祭り）の設営撤去 ・地域行事への寄附
26	株式会社ホルス	・地域行事（祭り）の運営補助、協賛品の提供等
27	株式会社カネミツ 長崎工場・リサーチセンター	・地域行事（花火大会）の運営補助 ・地域行事（花火大会）への寄附
28	加藤産業株式会社	・子ども食堂への寄附 ・PTA主催の清掃行事への参加
29	株式会社境鉄工所	・地域行事（祭り）への協賛金 ・地域行事（祭り）の会場整備
30	宗教法人聖フランシスコ病院会	・地域の会合において運営事務局の一員として活動 ・地域行事（祭り）の運営支援、寄附 ・自治会が行う健康サロンでの講演や健康指導

<これまでに認定された事業者>

認定番号	事業所名	認定番号	事業所名
1	株式会社田浦組	11	社会福祉法人平成会
2	株式会社丸栄組	12	株式会社西海興業
3	株式会社弘栄工業	13	医療法人稲仁会
4	錦建設工業株式会社	14	長崎ダイヤモンドスタッフ株式会社
5	長興産業株式会社	15	有限会社福島清掃
6	三興建設株式会社	16	株式会社DENKEN
7	株式会社三基	17	九州ビルド株式会社
8	株式会社長崎西部建設	18	株式会社 KPG HOTEL&RESORT i+Land nagasaki
9	有限会社岩尾建業	19	社会福祉法人春秋会
10	武藤建設株式会社	20	Total Habilitation System株式会社

認定番号	事業所名
21	株式会社興和開発
22	株式会社Factory
23	社会福祉法人優輝会
24	株式会社あたご

お問い合わせ先

長崎市自治振興課

〒850-8685 長崎市魚の町4番1号（10階）

電話 095-829-1134

1. 人権擁護委員について

毎年6月1日は「人権擁護委員の日」です。

人権擁護委員は、地域に密着した人権擁護・啓発活動を行うため、法務大臣が委嘱した民間ボランティアの方々です。元学校の先生や弁護士、民生委員などから選ばれ、全国で約14,000名の委員が活躍しています。

法務局のほか、公共施設や商業施設などの様々な施設で人権相談所を開設し、地域住民の皆さんの人権に関する相談に対応しています。

職場でのセクハラやパワハラなど、「自分の悩みは人権侵害かも？」と思ったら、一人で悩まず、気軽にご相談ください。（みんなの人権110番 ☎ 0570-003-110）

秘密厳守、相談は
無料です。



お問合せ先

長崎市 市民生活部 人権男女共同参画室
電話：095-826-0026



福祉と企業の 虹の架け橋フェスタ

障害者の雇用促進、企業の人材不足解消等を目的とし、一般就労を考えている障害者と障害者雇用に関心のある企業様とのマッチングや一般就労に向けて訓練を行う障害福祉サービス事業所(就労移行支援、就労継続支援事業所)と企業様とのマッチングの機会を設けるフェスタを開催します！これから障害者雇用を予定している企業様に、本フェスタにてブースを設置していただき、来場される障害者等・支援者等に向けて、企業様で取り組んでいる障害のある方の仕事内容等をご紹介いただきたいと思いますと考えております。

ブース設置を希望される企業様を募集しますので、応募をお待ちしております。

1. 開催日時：令和8年7月29日（水）10:00～15:00の間で希望する時間帯

2. 場所：出島メッセ長崎 イベント・展示ホール

3. ブース設置目的：障害者雇用を検討している企業様に事業概要や実際の業務内容等を来場した方にご説明していただくことを目的としています。

★ブース設置を希望の方は、二次元コードより申込をお願いします★
〆切：令和8年5月29日(金)



★昨年度の様子は
こちらからご覧ください★



【お問い合わせ先】
長崎市役所福祉部 障害福祉課 担当：橋本
TEL：095-829-1141（直通）
アドレス：shien-shogai@city.nagasaki.lg.jp

長崎で 自分らしく 働く

利用
無料



自分のこと × 働くこと → 「キャリア」について一緒に考えてみませんか？



主な支援内容

- 自己分析
- 企業情報提供
- 面接練習
- 適性・適職診断
- 応募書類作成
- ビジネスマナー
- 各種セミナーの実施
就活力フェ（就職支援セミナー）
体験型就活塾

学生の皆さん
就職活動中の方
在職中の方

それぞれの
「キャリア」形成を
サポートします。

専門の
キャリアコンサルタントが
サポートします

長崎県人材活躍支援センター

対象 45歳未満

フレッシュワーク長崎
TEL 095-801-4703

対象 45歳以上

再就職支援コーナー
TEL 095-801-4705

対象 女性

ウーマンズジョブほっとステーション
TEL 095-801-4710

センターの
HPはこちら



WEB での相談も実施しています。 E-mail : ngs-jinnzai@lec.co.jp

キャリアコンサルタントと一緒に考えてアドバイスします

自分にどんな
仕事に向いているのか
知りたい

自信を持って
仕事を続けていくために
キャリアアップ
したい

長崎にUターン
するために地元企業の
情報が欲しい

★キャリアカウンセリング

職業経験や能力、職業に対する興味などにより、あなたに合った職種やスキルアップの方向性についてアドバイスします。

就職支援セミナー（事前予約制）

パソコン利用（応募書類作成、企業情報等の検索用）

書籍の閲覧・貸出（職業、就職関連図書）



★在職中の方でも利用できます。

例えば若手社員のこんな悩みにも対応します！

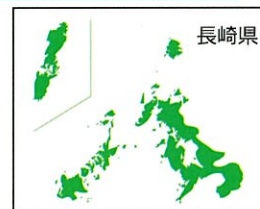
- ・職場の人間関係で悩んでいる
- ・仕事にやりがいを感じなくなった
- ・自信がなくなってきた



★県内企業への就職支援

ご家族からの相談にも対応します！

県内企業や企業説明会の情報を提供することで、
県内企業への就職を支援します。



●利用方法

パソコン利用・書籍利用以外の相談業務は事前予約制です。
まずは電話かメールで予約をしてください。 ☎095-801-4703

来所相談	個別カウンセリング（1回45分程度）
Web相談	〃
電話相談	1回20分程度
出張相談	ミライon図書館（毎週水曜日）11:00～17:00
メール相談	E-mail: ngs-jinnzai@lec.co.jp



長崎県人材活躍支援センター フレッシュワーク長崎

〒850-0877 長崎市築町3-18 メルカつきまち4階

☎ 095-801-4703

FAX 095-801-4708

E-mail: ngs-jinnzai@lec.co.jp

開館日時 月曜～金曜 10:00～18:30
(土・日・祝日休み)



電話・メール・WEB相談

随時受付中!



電話：095-801-4703



メール：ngs-jinnzai@lec.co.jp

※WEB相談は ZOOM を利用しての対応となります。
ご希望の方は、メールにて WEB 相談希望とお書きの上、送信してください。
相談日時確定後、ZOOM の招待メールをお送りします。

長崎県人材活躍支援センターでは
来所が難しい方のために、
電話やメール、WEB での相談を受け付けております。
お気軽にご連絡ください!

専門のキャリアカウンセラーが親身になって対応します



すぐには
訪問できないな...

対面は
ちょっと苦手だな

場所が遠いから
行けないな

お電話、メール、WEB、
お待ちしております!!



【お問合せ】

長崎県
人材活躍支援センター

〒850-0877 長崎市築町3-18 メルカつきまち4階

095-801-4703

FAX 095-801-4708

E-mail: ngs-jinnzai@lec.co.jp



開館日時

月曜～金曜 10:00～18:30
(土・日・祝日休み)

学生の皆さん
就職活動中の方
在職中の方

それぞれの
「キャリア」形成を
サポートします。



就職活動・転職活動に 役立つセミナー ～オンライン開催～

要予約
参加費無料

長崎県人材活躍支援センターは、求職中の方々の県内就職を支援するため、県が設置する就業支援施設です。若者、女性、高齢者など様々な求職者のニーズに応じて、併設するハローワークつきまちセンター・ヤングハローワークと連携し、就職相談から職業紹介までを支援いたします。

センターまで遠くて来所することが難しい長崎県内の若者・女性・高齢者等の求職者や県内企業の在職者の支援として、就職活動や転職活動に役立つ内容のセミナーをオンラインで開催いたします。ご参加お待ちしております。

2026年度 実施オンラインセミナー

仕事や職業人生に対する【見方】や【考え方】
を変えてみたい方におすすめ

論語から学ぶ仕事の愉しみ方

～「好き」「好む」「楽しむ」～

5月25日(月)・8月12日(水)
・12月9日(水)

13:30～15:00

仕事や職業人生に悩んでいる方に、論語から考え方のヒントを得ることができます。

就職活動で不安になった時の乗り越え方が
知りたい方におすすめ

就活で不安なときの メンタルケア

6月17日(水)・9月16日(水)
・1月13日(水)

13:30～15:00

就職活動で頑張っているけど凹んでしまうこともあります。前向きになるコツを伝授します。

これからの職業人生で必要なお金のこと、
ちょっと考えてみたい方におすすめ

人生のお金の話

7月8日(水)・10月7日(水)
・2月3日(水)

13:30～15:00

お金の専門家ファイナンシャルプランナーから、今後の人生に必要なお金の話を聞くことができます。

心理学の観点から自分のクセを分析して、
就職活動に活かしたい方におすすめ

心理学で観る自分分析

7月15日(水)・11月11日(水)
・3月10日(水)

13:30～15:00

心理学の観点から自分自身を知ることが出来ます。心理学ツールを活用して自己理解が深まります。

受講のながれ

①申込

メール【Mail：ngs-jinnzai@lec.co.jp】にて
受付します。

メールアドレス



※メール件名

「オンラインセミナー申込」

メール本文

「氏名・年齢・連絡先・

受講したいセミナー名・受講希望日」

②受講日前日までに受講に必要なZOOM情報を メールにてお知らせします。

③ご自宅等で受講者のPCやスマートフォンで 受講してください。



<参加対象者>

長崎県内の若者・女性・高齢者等の求職者、在職者の方。
自宅等でZOOM操作が出来る方。

◆セミナー参加の方は、センターの会員登録もお願いいたします。（任意）
※オンラインセミナーの講義部分を後日HPにてアーカイブ配信予定

お問い合わせ

長崎県人材活躍支援センター

長崎市築町メルカつきまち4F

フレッシュワーク長崎
ウーマンズジョブほっとステーション
中高年再就職支援コーナー

☎095-801-4703

Mail：ngs-jinnzai@lec.co.jp

開館時間 平日／10:00～18:30

長崎県人材活躍支援センター
HPはこちら



LINE
始めました!



Instagram
始めました!





労働保険電子申請
イメージキャラクター：
ペパレス執事

労働保険の「電子申請」に関するお知らせ

労働保険のお手続きは「電子申請」をぜひご活用ください！

自宅やオフィスから24時間いつでも申請や届出が可能です。

また、労働保険料の納付は口座振替や電子納付が便利です。

- 労働保険の電子申請手続は「e-Gov」(<https://shinsei.e-gov.go.jp/>)から行うことができます。
- 労働保険関係手続（一部手続を除く）は、GビズIDを利用して手続することができます。
- 労働保険の電子申請に関する詳細は特設サイトへ！



厚生労働省・都道府県労働局・労働基準監督署

電子申請手続
e-Gov



労働保険電子申請
特設サイト





労働保険電子申請
イメージキャラクター：
ペパレス執事

労働保険のお知らせ

令和8年度 労働保険（労災保険・雇用保険）の年度更新期間は、

6月1日（月）～7月10日（金）です。

年度更新のお手続は「電子申請」をぜひご活用ください！

窓口にはばず、インターネット上で簡単・便利に手続きができます。

【年度更新申告書は、5月末頃に発送予定です】

- 年度更新の時期は窓口が大変混み合います。自宅やオフィスから待ち時間不要で、いつでも手続可能な電子申請がオススメです！
- 保険料を電子納付により納付することが可能です。電子申請と電子納付を利用した場合、全てインターネット上で手続を完結させることができて便利です！
- 労働保険の電子申請に関する詳細は特設サイトへ！

 厚生労働省・都道府県労働局・労働基準監督署

年度更新申告書
書き方パンフレット



労働保険電子申請
特設サイト



6月号用



労働保険電子申請
イメージキャラクター：
ペパレス執事

労働保険のお知らせ

令和8年度 労働保険（労災保険・雇用保険）の年度更新期間は、

6月1日（月）～7月10日（金）です。

年度更新のお手続は「電子申請」をぜひご活用ください！

窓口にはばず、インターネット上で簡単・便利に手続きができます。

【年度更新申告書は、5月末頃に発送予定です】

- 年度更新の時期は窓口が大変混み合います。自宅やオフィスから待ち時間不要で、いつでも手続可能な電子申請がオススメです！
- 保険料を電子納付により納付することが可能です。電子申請と電子納付を利用した場合、全てインターネット上で手続を完結させることができて便利です！
- 労働保険の電子申請に関する詳細は特設サイトへ！

 厚生労働省・都道府県労働局・労働基準監督署

年度更新申告書
書き方パンフレット



労働保険電子申請
特設サイト



第
99
回

全国安全週間

令和8年7月1日(水)~7日(火)

準備期間

令和8年6月1日(月)~30日(火)

多様な人材
全員参加
みんなで育てる
安全職場



今年で99回目となる全国安全週間は、昭和3年に初めて実施されて以来、「人命尊重」という基本理念の下、労働災害を防止するために産業界での自主的な活動の推進と、職場での安全に対する意識を高め、安全を維持する活動の定着を目的としています。

これまで、事業場では、労使が協調して労働災害防止対策が展開されてきました。この努力により労働災害は長期的には減少しておりますが、近年の労働災害については、死亡災害は減少傾向にあるものの、休業4日以上死傷災害は平成21年以降、増加傾向が継続しています。

特に、高齢労働者の増加等を背景として、転倒や腰痛といった労働者の作業行動に起因する死傷災害が増加し続けており、また、墜落・転落などの死亡災害が依然として後を絶たない状況にあります。

また、労働災害を少しでも減らし、労働者一人一人が安全に働くことができる職場環境を築くためには、令和5年3月に策定された第14次労働災害防止計画に基づく施策を着実に推進するための不断の努力が必要であり、計画年次4年目となる令和8年度においても、労使一丸となった取組が求められます。

そのため、令和8年度は、「多様な人材 全員参加 みんなで育てる安全職場」のスローガンの下、全国安全週間を実施することとしました。

主 唱 厚生労働省、中央労働災害防止協会

協 賛 建設業労働災害防止協会、陸上貨物運送事業労働災害防止協会

港湾貨物運送事業労働災害防止協会、林業・木材製造業労働災害防止協会

※裏面の「令和8年度全国安全週間実施要綱について」もご覧ください。

令和8年度全国安全週間実施要綱について（抜粋）

実施者の実施事項

1 安全衛生活動の推進

- ① 安全衛生管理体制の確立
 - ア 年間を通じた安全衛生計画の策定、安全衛生規程及び安全作業マニュアルの整備
 - イ 経営トップによる統括管理、安全管理者等の選任
 - ウ 安全衛生委員会の設置及び労働者の参画を通じた活動の活性化
 - エ 労働安全衛生マネジメントシステムの導入等によるPDCAサイクルの確立
- ② 安全衛生教育計画の樹立と効果的な安全衛生教育の実施等
 - ア 経営トップから第一線の現場労働者までの階層別の安全衛生教育の実施、特に、雇入れ時教育の徹底及び未熟練労働者に対する教育の実施
 - イ 就業制限業務、作業主任者を選任すべき業務での有資格者の充足
 - ウ 災害事例、安全作業マニュアルを活用した教育内容の充実
 - エ 労働者の安全作業マニュアルの遵守状況の確認
 - オ 安全管理者、安全衛生推進者、作業主任者等に対する能力向上教育の実施
- ③ 自主的な安全衛生活動の促進
 - ア 発生した労働災害の分析及び再発防止対策の徹底
 - イ 職場巡視、4S活動（整理、整頓、清掃、清潔）、KY（危険予知）活動、ヒヤリ・ハット事例の共有等の日常的な安全活動の充実・活性化
- ④ リスクアセスメントの実施
 - ア リスクアセスメントによる機械設備等の安全化、作業方法の改善
 - イ SDS（安全データシート）等により把握した危険有害性情報に基づく化学物質のリスクアセスメント及びその結果に基づく措置の推進
- ⑤ その他の取組
 - ア 安全に係る知識や労働災害防止のノウハウの着実な継承
 - イ 外部の専門機関、労働安全コンサルタントを活用した安全衛生水準の向上
 - ウ 「テレワークの適切な導入及び実施の推進のためのガイドライン」に基づく、安全衛生に配慮したテレワークの実施

2 業種の特性に応じた労働災害防止対策

- ① 小売業、社会福祉施設、飲食店等の第三次産業における労働災害防止対策
 - ア 全社的な労働災害の発生状況の把握、分析
 - イ 経営トップが先頭に立って行う安全衛生方針の作成、周知
 - ウ 職場巡視、4S活動（整理、整頓、清掃、清潔）、KY（危険予知）活動、ヒヤリ・ハット事例の共有等の日常的な安全活動の充実・活性化
 - エ 安全衛生担当者の配置、安全意識の啓発
 - オ パート・アルバイト（いわゆるスポットワーク含む）の労働者への安全衛生教育の徹底
- ② 陸上貨物運送事業における労働災害防止対策
 - ア 荷台等からの墜落・転落防止対策、保護帽の着用
 - イ 荷主等の管理施設におけるプラットフォームの整備、床の凹凸の解消、照度の確保、混雑の緩和等、荷役作業の安全ガイドラインに基づく措置の推進
 - ウ 積み卸しに配慮した積付け等による荷崩れ防止対策の実施
 - エ 歩行者立入禁止エリアの設定等によるフォークリフト使用時の労働災害防止対策の実施
 - オ トラックの逸走防止措置の実施
 - カ トラック後退時の後方確認、立入制限の実施
- ③ 建設業における労働災害防止対策
 - ア 一般的事項
 - （ア）「木造家屋等低層住宅建築工事墜落防止標準マニュアル」に基づく足場、屋根・屋上等の端・開口部、はしご・脚立等からの墜落・転落防止対策の実施、フルハーネス型墜落制止器具の適切な使用
 - （イ）足場の点検の確実な実施、本足場の原則使用、「手すり先行工法等に関するガイドライン」に基づく手すり先行工法の積極的な採用
 - （ウ）職長、安全衛生責任者等に対する安全衛生教育の実施
 - （エ）元方事業者による統括安全衛生管理、関係請負人に対する指導の実施
 - （オ）建設工事の請負契約における適切な安全衛生経費の確保
 - （カ）輻輳工事における適正な施工計画、作業計画の作成及びこれらに基づく工事の安全な実施
 - （キ）一定の工事エリア内で複数の工事が近接・密集して実施される場合、発注者及び近接工事の元方事業者による工事エリア別協議組織の設置
 - イ 「山岳トンネル工事の切羽における肌落ち災害防止対策に係るガイドライン」に基づく対策の実施
 - ウ 令和6年能登半島地震の復旧、復興工事における土砂崩壊災害、建設機械災害、墜落・転落災害の防止等、自然災害からの復旧・復興工事における労働災害防止対策の実施
- ④ 製造業における労働災害防止対策
 - ア 機械の危険部分への覆いの設置等によるはさまれ・巻き込まれ等防止対策の実施
 - イ 機能安全を活用した機械設備安全対策の推進
 - ウ 作業停止権限等の十分な権限を安全担当者に付与する等の安全管理の実施
 - エ 高経年施設・設備の計画的な更新、優先順位を付けた点検・補修等の実施
 - オ 製造業安全対策官民協議会で開発された、多くの事業場で応用できる「リスクアセスメントの共通化手法」の活用等による、自主的なリスクアセスメントの実施
 - カ 機械等製造者による、機械等を使用する事業者への、リスクアセスメント実施に資する残留リスク情報の提供
- ⑤ 林業の労働災害防止対策
 - ア 「チェーンソーによる伐木等作業の安全に関するガイドライン」に基づく、チェーンソーを用いた伐木及び造材作業における保護具、保護衣等の着用並びに適切な作業方法の実施等
 - イ 木材伐出機械等を使用する作業における安全の確保

3 業種横断的な労働災害防止対策

- ① 労働者の作業行動に起因する労働災害防止対策
 - ア 作業通路における段差等の解消、通路等の凍結防止措置の推進
 - イ 照度の確保、手すりや滑り止めの設置
 - ウ 「転倒等リスク評価セルチェック票」を活用した転倒リスクの可視化
 - エ 運動プログラムの導入及び労働者のスポーツの習慣化の推進
 - オ 中高年齢女性を対象とした骨粗しょう症健診の受診勧奨
 - カ 「職場における腰痛予防対策指針」に基づく措置の実施
- ② 高齢者に対する労働災害防止対策
 - 「高齢者の労働災害防止のための指針」に基づく、リスクアセスメントの実施、職場環境の改善、高齢者の健康や体力の状況の把握と対応、安全衛生教育の実施等、各種措置の実施
- ③ 外国人労働者に対する労働災害防止対策
 - 母国語教材や視聴覚教材の活用等、外国人労働者に理解できる方法による安全衛生教育の実施
- ④ 派遣労働者に対する労働災害防止対策
 - 派遣労働者に対する安全管理の徹底や安全活動の活性化
- ⑤ 特定自主検査の適正な実施
 - ア フォークリフト等の特定自主検査対象機械に対する確実な検査の実施
 - イ 特定自主検査基準に基づく検査の徹底
 - ウ 事業場内検査や検査業者の検査者に対する能力向上教育の実施
- ⑥ 交通労働災害防止対策
 - ア 適正な労働時間管理、走行計画の作成等の走行管理の実施
 - イ 飲酒による運転への影響や睡眠時間の確保等に関する安全衛生教育の実施
 - ウ 災害事例、交通安全情報マップ等を活用した交通安全意識の啓発
 - エ 飲酒、疲労、疾病、睡眠、体調不良の有無等を確認する乗務開始前の点呼の実施
- ⑦ 熱中症予防対策
 - ア 熱中症のおそれのある作業者の早期発見のための連絡体制の整備等を内容とする改正労働安全衛生規則に基づく措置義務の徹底
 - イ 「職場における熱中症防止のためのガイドライン」に基づく熱中症防止対策の実施
 - ウ 「STOP!熱中症 クールワークキャンペーン」重点取組期間である7月は特に重点的に取り組むこと
- ⑧ 個人事業者等を含めた災害防止対策
 - ア 個人事業者等が労働者と同じ場所で就業する場合における安全衛生の確保に必要な措置の実施
 - イ 安全衛生経費の確保等、個人事業者等を含む請負人等が安全で衛生的な作業を遂行するための配慮
 - ウ その他、個人事業者等が上記に掲げる事項のうち、業務上の災害を防止するための取組を円滑に実施するために必要な安全衛生情報の提供、作業方法・手順の共有、作業環境の確保・改善、安全衛生教育の機会の提供等の配慮

厚生労働省

<https://www.mhlw.go.jp/index.html>



中央労働災害防止協会

<https://www.jisha.or.jp>



職場のあんぜんサイト

<https://anzeninfo.mhlw.go.jp>



●職場の安全、全国安全週間に関する情報は
こちらで検索！

厚生労働省 安全衛生

検索

中央労働災害防止協会 安全週間

検索

●労働基準監督署等への届出は
電子申請が便利です！

帳票入力支援サービス

検索

詳しくは、最寄りの都道府県労働局または労働基準監督署にご相談ください。

厚生労働省・都道府県労働局・労働基準監督署