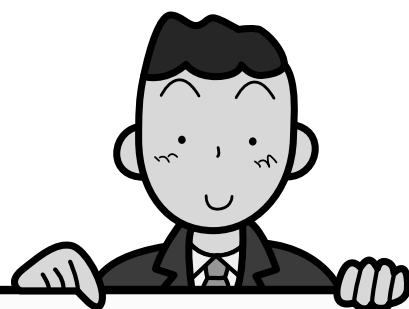


とちぎ社労士 No.86

A D R に関して
代理権を付与されたことで
最も困っているのは...
実は連合会？

社会保険労務士法を読み返して 2
広報誌の発行に携わって
アスベスト労働災害対策室より(4)
活動報告 無料なんでも相談会
会員の声
うつ病に関する基礎知識 3
新入会員紹介
事務局だより
編集後記



発行
栃木県社会保険労務士会
宇都宮市鶴田町3492-46
TEL 028(647)2028
(ホームページ) <http://tochigi-sr.jp/>
(Eメール) tochigi-sr@tea.ocn.ne.jp
発行人 大塚敏治

社会保険労務士法を読み返して ②

A D R に関する代理権の付与、社会保険労務士法が制定されてから約40年を経過しての世代交代や、なりわいに対する気構え、社会全体の風潮の変化等により、我々社会保険労務士自身も含め我々を取り巻く環境も変化していると思われまます。

そういった折、本年の総会では、栃木県社会保険労務士会会則の改正案が次のような内容で上程されております。

県会として毎年一回の倫理研修の実施を行うこと。

個人会員はこの倫理研修を受講しなければならない。というものです。

そこで今回も「社会保険労務士法詳解」から抜粋してみました。

(信用失墜行為の禁止)

第16条 社会保険労務士は、社会保険労務士の信用又は品位を害するような行為をしてはならない。

本条は、社会保険労務士制度の目的、社会保険労務士の職責等にかんがみ、社会保険労務士が、社会保険労務士全体に対する社会的信頼を損なうような行為をしてはならないことを義務づけている。

なお、本条は、社会保険労務士法人にも準用され、社会保険労務士法人も個人の社会保険労務士と同じ義務を負う(法25条の20)。

本条で禁止する信用失墜行為は、社会保険労務士全体の「信用又は品位を害するような行為」をいう。いかなる行為がこれに該当するかは、社会保険労務士の行う義務の性格、その職責等に照らして、個別的具体的な事案ごとに社会通念に照らし判断するほかないが、本法に違反する行為はもちろんのこと労働社会保険諸法令に違反する行為、刑法上の犯罪行為にあたる行為、その他の非行がこれに該当する。

本条に違反した者には罰則の適用はないが、第25条の3の懲戒処分の対象になる。

(懲戒の種類)

第25条 社会保険労務士に対する懲戒処分は、次の3種とする。

- 1 戒告
- 2 1年以内の開業社会保険労務士若しくは開業社会保険労務士の使用人である社会保険労務士又は社会保険労務士法人の社員若しくは使用人である社会保険労務士の業務の停止
- 3 失格処分(社会保険労務士の資格を失わせる処分をいう。以下同じ。)

本条は、社会保険労務士に対する懲戒処分の種類について規定している。

一 懲戒処分の意義

社会保険労務士は、労働社会保険諸法令に関する事務の専門家として、独占的にその業務を行う特別な立場を本法によって認められている。その反面、社会保険労務士には、常に品位を保持し、公正な立場に立ってその業務を行うべき職責と本法及び労働社会保険諸法令を遵守すべき義務が課せられている。

社会保険労務士に対する懲戒処分は、社会保険労務士の業務の適正な実施を確保するため、右の職責又は義務に反する行為を行った者に対し、厚生労働大臣が行う監督上の行政処分（懲戒罰）である。

懲戒処分は、刑罰たる行政罰とはその目的を異にするから、もし一つの行為が懲戒処分及び行政罰の双方の要件に該当する場合には、懲戒処分と行政罰が併科されうることになる。したがって、懲戒に付せられるべき事件について、刑事事件として裁判が継続中であっても、それとは別に懲戒処分を行うことは差し支えない。

また、懲戒処分は、社会保険労務士制度の信用を高め、秩序を維持するために行う行政処分であるから、社会保険労務士が、業務上の過失により民事上の責任を負うことがあっても、それが直ちに懲戒処分の対象になるとは限らない。

二 懲戒処分の種類

1 戒告

戒告は、職責又は義務に反する行為を行った者に対し、本人の将来を戒める旨を申し渡す処分であり、懲戒処分としては最も軽微なものである。戒告を受けた社会保険労務士は、その業務の実施あるいはその資格について制約を受けることにならないので、引き続き業務を行うことはできるが、戒告処分を受けたという事実（懲戒処分が行われたときは公告される。法25条の5）は、その者の信用を失墜させ、事実上業務の遂行に支障を及ぼす結果になる。

2 一年以内の社会保険労務士の業務の停止

社会保険労務士の業務を、一年以内の一定期間、停止することを命ずる処分である。

停止期間を一年以内のどの程度のものにするかは、処分権者たる厚生労働大臣の裁量に委ねられている。

社会保険労務士の業務の停止処分を受けた者は、所定の期間、その業務を行うことができなくなるので、依頼者との受託契約を解除し、（開業社会保険労務士に限る。）社会保険労務士証票も返還しなければならない。しかし、業務の停止処分を受けても、社会保険労務士たる資格は失わないから、登録は抹消されない。なお、社会保険労務士会の会員としての身分については、業務停止の期間中、会員権を停止させることが相当であろう。

3 失格処分

失格処分とは、社会保険労務士の資格を失わせる処分をいい、懲戒処分として最も重いものである。失格処分を受けると、当該処分を受けた日から三年間は社会保険労務士となる資格を有しないので、その者の登録は抹消され（法5条4号、14条の10・1項4号）社会保険労務士会の会員たる資格を失うことになる。

（担当：森田 孝子）

広報誌の発行に携わって

現在のメンバーで広報誌製作を担当して2年間が過ぎました。ここでこれまでの活動を振り返って、反省と総括をして新たな活動への参考になればと思う。

当初の編集方針として、インパクトのあるものを、いろいろな人の意見を、研修会参加の意見を、改正法の内容を、ということでした。

その中で、研修会出席者の意見については特集を組んだりしてかなり取り上げることが出来たと思う。特に新入会員に対して、会の活動への参加意識の向上に一役かったのではないかなと思う。その延長として囲む会が実施されたのがよかった。多くの会員の意見をということも目標としたが、何をどういうふうにと、原稿依頼の段階でつまづいてしまった。しっかりとした企画をもってする必要性を感じた。改正法の内容をとというのも発行時期の問題もあり、うまくいかなかった。逆に会報の役割をどういうところに置くかということを考えていかなければならない。インパクトのあるものであったかどうかは、読者の判断にゆだねたい。ただ、極力その時々に必要なことを盛り込もうという努力はしたつもりだ。

「アスベスト問題」を取り上げ、長く特集が組めたことはよかったと思っている。定番とした相談会報告がとぎれとぎれとなってしまったのは、まったく私の力不足だと思う。いずれにせよ編集をまかせていただき、自由な発想のもとで取り組めたと思っている。今後はホームページとのすみわけ、役割分担を考えていかなければならない。広報活動の推進のなかに、「社労士制度をPRする会報誌」、「事務代理権のPR活動」という指針がある。会員が読むだけの会報でなく、今後はPR誌としての側面も考えていかなければならないだろう。

最後に、会報に対して、もう少し会員の皆様からのご意見、ご批評が聞こえてくればと思う。

(広報委員長：松浦 良雄)

~~~~~

少し反省しました。

現在の広報委員会で作成する「とちぎ社労士」は、この号で最後。私の文章が、会員の皆さまに「どの位読んでいただけたのか?」「どの位喜んでいただけたのか?」と考えてみると、かなりの不安があります。役に立たなかったことだけは確かですが…。この2年間に自分で書いた文章を読み直してみました。すっかり忘れていた文章もあって、「こいつ、性格悪いな～」とか「こいつ、意地悪だな～」とか「こいつ、嫌味な奴だな～」などと客観的に思っていました。少し、反省しました。

連合会や大槻会長に対しても、もう少しストレートに愛情表現すべきだったと反省しています。ADR関係の法改正において、他の業種(士業)に比べて「2段階特進」(by 木村弁護士)と言われる位、急激に幅の広い代理権が付与されたことは、大槻会長をはじめとする連合会の活動のたまものです。素直に感謝すべきでした。刑事ドラマなどでは殉職した人が「2階級特進」しますが、「殉職 特進」の逆で「特進 殉職」ということではありませんね? しかもこれに満足せず、「特に特定社労士が個別労働紛争解決代理業務を行政型ADR機関で行う場合に、紛争目的価格に制限がないにもかかわらず、連合会や社労士会に設置する民間型ADR機関において取り扱う場合には、紛争目的価格によって差別する点の根拠は見当たらないのです」(月刊社労士3月号)と更なる高い頂を目指しておられることは、素晴らしいことですが、何故か私はコンビニ経営者が、店員には数十万円(旅行代金など)という現金を取り扱う教育などしてい

ない(できない)から、これ以上高額な料金の受領代行は困ると言っていたことを思い出しました。私も自分の能力以上のことは無理。でも、大槻会長をはじめとする連合会は、今年の干支にちなんで、猪突猛進。

また、タレントの菊川怜を起用した広報活動も大成功でした。絶妙な人選。誰の好みですか？雑誌広告も、「菊川怜さんの写真を大きく掲載して購読者の注意をひきつけ」(同1月号)という狙い通りだったと思います。広告目当てでつい雑誌を買ってしまいました。ラジオCMも自動車の運転中に聴きましたが、つい聞き惚れてしまい危なく追突しそうになりました。「聴いている方への『刷り込み効果』」(同1月号)も抜群で、私の耳から菊川怜のナレーションが離れません(幻聴?)。クリアファイルも愛用させていただいています。大槻会長をはじめとする連合会には、感謝の言葉もありません。「とちぎ社労士」もかくの如くありがたいものだと、少し、反省しました。

さて、第84号の高橋さんの文章の中で、私が「開業して間もなく未熟者である私にも気さくにはなしかけてくれますし」と言われていますが、間違っています。根本的に人見知りする私が研修会するときなどに声をかけているのは、原稿をお願いするためだけです。原稿依頼のために、作り笑顔で近づいて目的を達成しているのです。比較的開業したばかりの人を狙って声を掛けるという姑息な作戦です。怖い怖い諸先輩方には、原稿を依頼することは出来ませんでした。冗談半分を装って依頼することはあっても、断られると、すごすごと退散していました。気の小さい私でも、もう少し粘り強く交渉すべきだったと、少し、反省しました。

何のためにこの文章を書いているかという、広報委員としてのこの2年間を振り返るためでしたが、結論は「少し、反省しました」と言うことです。

(広報委員：杵淵 徹)

~~~~~

この度の編集委員の二年間を振り返ると、遅筆の私にとってはツラカタというのが実感です。紙面作成で何を題材にするのかを討議して、やっと文章を書き終わったと思うと次の号を考えなくては・・・という感じでした。

社会保険労務士のPRに役立つ広報誌、皆様に読んでいただける広報誌作りをということで努力してきた心算ではありますが。

また、これからの時代アナログツールだけでなくということで、栃木県会のホームページが立ち上がりましたので、たくさんのお客様に活用され、会員皆様のお役に立つようなHPに育ってほしいと願っております。

(広報委員：森田 孝子)

~~~~~

2年前の理事会で広報委員を任じられ、第86号の今号まで8回の広報誌の発行に携わってきました。その間、私自身も「アスベスト労働対策室無料相談会」の相談報告などの記事を担当してきましたが、毎回、毎回、書いては消しの繰り返しであり、凡才の嘆きの連続でした。

そもそも、広報誌の役目は、会員への情報伝達、県会の活動やその結果報告、会員の意見や主張などを掲載することにより、会員相互が情報を共有し、融和を計り、また、広く県民にも知らせることにより、社労士の存在や活動を認知してもらうことにあるのではないかとの認識のもとに松浦委員長を中心に企画、発行を行ってきました。その活動は次の通りでした。

#### 会員への情報伝達

他の県会には、連合会からの配付資料が個々の会員全員に配付されることがなく、広報誌を媒体として伝達されるところもあるようですが、当県会では、連合会からの会員に関する伝達資料のすべてが県会事務局から送付されるため、広報誌では、県会内や会員の入退会等の情報の掲載、伝達を主眼としました。

#### 県会の活動やその結果報告

県会では数多くの活動を実施していますが、その報告は、定期的に県会事務局より会員には送付、伝達されています。広報誌では、数多い活動の中から、相談会での特異な相談事例や相談会オブザーバー体験記、研修会受講体験記などを掲載し、活動状況を伝達することにより、多くの会員の参加、出席を促してきました。

#### 会員の意見や主張など

この2年間にADRや特定社労士に関する投稿が多くありました。投稿者が述べたように、特定社労士が誕生したにもかかわらず活動する組織の構築が費用対効上無理なことや、ADRや特定社労士のための倫理研修会実施の義務化など、新たな問題が提起され、当広報誌での主張が現実のものになりました。

広報委員会に会員からいくつかの苦言が呈されましたが、当会の広報誌をより良き広報誌とするためには、数多くの会員の皆様の建設的な意見や参加意識が不可欠であること、また、ホームページが作成された今後は、ホームページと広報誌の媒体機能や特性を考慮した明確な目的分担化などが、今後に残された課題ではないでしょうか。

(広報委員：沼尾 和夫)

## 平成19年度 通常総会開催のお知らせ

日 時：平成19年6月15日(金)  
午後2時～

場 所：日光千姫物語 会議室  
栃木県日光市安川町6 - 48

T E L : 0 2 8 8 - 5 4 - 1 0 1 0



## アスベスト労働災害対策室 無料相談会の経過状況(4)

平成18年4月3日より受付を開始した無料相談会の相談件数が僅か10件と、開設時に想定したほどではありませんでした。然しながら、石綿の大量使用時期が1970年代中頃、有害性が最も高い「青石綿」混合吹き付けの施行禁止が1975年、石綿健康被害の代表的疾病である中皮腫の潜伏期間が概ね40年とすると、真の「石綿健康被害問題」の始まりは、今後ではないかと考えています。

昨年6月の中皮腫死亡相談から10ヶ月も経過してしまいましたが、先日、遺族補償請求を柏労働基準監督署に送付しました。結論は早くても秋の頃かとは思いますが、良い結果が得られることを心待ちにしています。遺族補償請求に際しての調査結果などの一部を報告します。

### (1)「石綿による疾病の認定基準」を満たさなければならない

労災認定を得るためには、「石綿による疾病の認定基準」に定める「指定疾病」と「石綿ばく露作業」の要件を満たさなければならない。

#### 死亡診断書の中皮腫の記載

腹膜、胸膜、心膜及び精巣鞘膜に発生した中皮腫は「指定疾病」とされ、労働基準法施行規則第35条別表1の2の第7号の7に該当するが、相談者が持参した死亡診断書の記載は、間接死亡原因が悪性胸膜中皮腫であった。

悪性胸膜中皮腫により悪性腹膜炎を発症し、死亡したとの判断に問題はないと思いましたが、病院によって中皮腫との診断には、誤診例が多いことを知らされ調査しました。

調査した結果、故人を中皮腫と診断したと思われる病院は、石綿健康被害者の多い地域に隣接し、診断実績の多い病院であることがわかりました。また、死亡した病院で肺の摘出が施行されていることから、病名自体には問題ないと考えています。

#### 認定事例のない金型製作作業

中皮腫との診断は、石綿肺や胸膜プラーク等の有所見の存在から下されたものと思われる。また、「病理上の有所見がある場合には、石綿ばく露作業従事歴を問わない。」との厚生労働大臣の発言もあり、石綿ばく露作業に関する調査は要しないのではと考えましたが、金型製作作業での認定事例はなく、迅速な認定を得るために調査しました。

故人の勤務歴は4社であるが、何れの会社も金型関連会社であり、故人と石綿の接点を金型製作に欠かせない高温炉(加熱炉)と特定しました。高温炉をばく露源と特定したのは、当時、耐熱材として石綿が使われていたのは周知の事実であり、高温炉作業に長年従事した人からの証言やガラス、鉄鋼関係による労災認定事例が数例あったことによります。

4社について調査した結果、存続する3社の会社では、金型設計や鋼材販売に従事していたとの会社からの証言が得られ高温炉との接点はないと判断し、故人の残した手帳に「熱処理」等の記載が多くあった1社をばく露事業所と断定しました。

しかし、故人がその会社を離職してから30数年が経過し、会社も合併吸収によって解散し存続せず、合併後の会社は大手会社でもあり、関係者の証言が得られませんでした。その後の調査は、監督署の職権での調査に委ねることとしました。

### (2) 時効前の請求でなければならない

十数年も前に石綿にばく露し、中皮腫や肺ガンなどを発症しても、中皮腫の病名もわからず、また、

何故、肺ガンを発症したのかも知らずに亡くなった人は沢山います。然しながら、労災保険制度には時効が設けられています。

故人の死亡日は、死亡診断書によれば平成14年8月23日です。死亡日から5年の時効が間近であり、とりあえず遺族補償給付を請求しました。

### (3) 給付基礎日額の算定について

通常の場合、算定事由発生日は「ケガをした日」、「病気と診断された日」とされていますが、じん肺や中皮腫等の場合には、「その疾病の発生のおそれのある作業の最後の事業所を離職した日」とされます。労災補償は経済的損失の補填が主な目的とされますが、ばく露から発症まで潜伏期間が長いためにじん肺や中皮腫等の場合には、給付基礎日額の算定に問題があります。

今回請求の給付基礎日額の算定は、30年前の離職時の平均賃金を現状に換算した額（平均賃金が不明の場合には統計上の額）とされますが、学卒後から7年後の給与額であり低額が予想されます。新聞報道にも同様な問題提起がありましたが、理不尽な思いがします。

職業性疾病が認定されるまでには長い時間が予想され、請求者である故人の母親も大正9年生まれと高齢であるために、早期に結論が得られるよう監督署に申し入れ、できる限りの調査資料を添付しました。どのような結論になるのか。

(アスベスト労働災害対策室：沼尾 和夫)





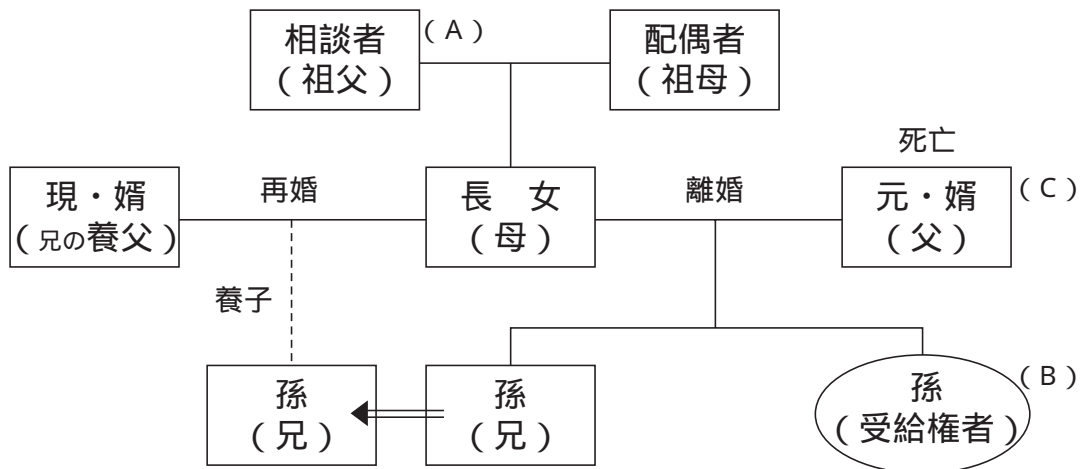
活動  
報告

## 無料なんでも相談会

## 相談内容

相談者は高齢の男性で相談内容は遺族基礎年金についてです。高齢の男性から遺族基礎年金の相談を受けることは珍しいと思いますが、要約すると「中学生である相談者Aの孫Bが、その父(相談者からすると元・婿C)の死亡に伴う遺族基礎年金を受給することができるのか?」と、いうことでした。人間関係は聞き取りや持参された戸籍などから作成した関係図をご覧ください。

## 関係図 (カッコ内は受給権者からみた続柄)



相談者(受給権者からみると祖父、以下同じ)の長女(母)は元・婿(父)と結婚して2人の男の子をもうけましたが、離婚しました。その後現・婿(兄の養父)と再婚して、2人の孫のうち1人(受給権者の兄)を引き取って、他県で暮らしています。引き取られた孫は現・婿の養子になっています。元・婿は再婚しませんでした。もう1人の孫(受給権者)とは一緒に暮らさずに、相談者夫婦(祖父母)に預けて毎月仕送りをしていましたが、先頃亡くなりました。

## 回答内容

相談者はすでに何度か社会保険事務所や××市役所(亡くなった元・婿さんの居住地)などに相談されていて、戸籍謄本や住民票、死亡診断書、年金加入記録、生計維持証明書(毎月定額の銀行振込があった・民生委員証明済み)などを準備されていました。

持参された年金加入記録だけでは納付要件が確認できなかったのですが、元・婿さんが死亡当時加入していたのは国民年金だったので、相談会場である市役所の国民年金窓口と一緒に、とりあえず保険料の納付状況を確認したところ、直近1年間に滞納期間があり、国民年金の全期間(280カ月)のうち納付済期間は165カ月(2/3以上クリアするには185カ月必要)で20カ月分不足していました。ただし、娘さんと結婚する前に基礎年金番号以外で厚生年金に加入していた可能性もあるので、娘さんから元・婿(娘からすると元夫)さんの古い友人などを聞き出して調べることを勧めました。保険料納付要件と元・婿さんの納付状況について説明し現時点の状況(今のままでは受給できない)を納得してもらいました。相談者によると、窓口相談でも同じ事を言われて、元・婿さんの実家に手紙を

書いたが返事は来なかったことなどを思い出したとの事でした。相談者は、行政の相談窓口に対して多少の不満をもらしていましたが、相談窓口の担当者も相談者に対して必要最低限の事はしてあげていても、それが相談者にうまく伝わっていなかったことが、原因だったのかもしれませんが。

また、児童扶養手当は、公的年金を受給できる場合は、併給することができないので、注意が必要です。

参考条文

民生委員とは？ 民生委員法（昭和23年7月29日公布、施行）に基づき、各市町村の区域に置かれる民間奉仕者。都道府県知事の推薦により厚生労働大臣が委嘱し、任期は3年とされている。平成12年の改正で、民生委員は「社会奉仕の精神をもって、常に住民の立場に立って相談に応じ、及び必要な援助を行い、もって社会福祉の増進に努める」と規定され、「住民の福祉の増進を図るための活動を行う」ことや、従来からの「名誉職」という規定を削除し、「給与は支給しない」こと等が明確化された。職務としては、住民の生活状態を適切に把握すること、援助を必要とするものが地域で自立した日常生活を営むことができるよう相談・助言・その他の援助を行うこと、援助を必要とするものが福祉サービスを適切に利用するための情報提供等の援助を行うこと、社会福祉事業者等と密接に連携し、その事業又は活動を支援すること、福祉事務所その他の関係行政機関の業務に協力すること、とされている（第14条・職務）。

～『社会福祉用語辞典・中央法規』  
（担当：杵 淵 徹）

## 会員の声



### 宇都宮市役所の労働相談のオブザーバー制度に参加して

昨年9月から今年にかけて宇都宮市役所の労働相談のオブザーバー制度に参加させていただきました。その内容、感想等についてまとめてみました。

#### その1 宇都宮市役所の労働相談の概要

この制度は、宇都宮市役所で毎月、定期的に行っている労働相談に、県社会保険労務士会から社会保険労務士が派遣される際に、未経験の私たちがオブザーバーとして参加できる制度で、相談会に同席し、身近に先輩社会保険労務士の先生方の

\* 相談の内容の聞き取り方 \* 相談の進め方 \* 解決への導き方などを、体験できる制度です。

現在、労働相談、年金相談も同じですが、多くの相談会は、社会保険労務士がひとりで対応するのが原則のようです（県社労士会や、足利市役所の相談会の場合は2人で実施）。

したがって、実務経験の少ない私たちにとっては、労働相談に参加することは大変勇気と努力が要ります。その点大変結構な制度と考えています。

次に、労働相談の概要ですが、担当は市の商工振興課で、相談会の場所は市庁舎の12階経営労務相談室で静かな環境の場所です。

労働相談内容については、事前に担当の商工振興課で概要を把握し、県社会保険労務士会を通じて連絡があります。事前の下調べ、資料の持参等も可能です。

私が参加させていただいた際の相談内容は次の通りでした。

| 回数   | 件数 | 相談内容                    |
|------|----|-------------------------|
| 第1回目 | 3件 | 解雇問題、年金加入、労働条件等の相談      |
| 第2回目 | 2件 | 育児休業後の復帰する場合の対応、雇用保険の相談 |
| 第3回目 | 2件 | 解雇問題、就業規則関係の相談          |

## その2 オブザーバー制度に参加しての感想

労働相談のオブザーバー制度は、非常に参考になりました。労働相談の幅は広く、かつ、直接回答への導き方は難しいと考えていましたが、相談に当たった先輩社会保険労務士の方々は見事に対応されていました。

また、実務についての話題も豊富で、かつ、相談に応じ参考資料等で法的根拠等についてもやさしく説明されており相談会のそして社会保険労務士への信頼にも繋がるものと感じられます。日頃からの勉強と資料の収集の必要性を痛感した次第です。

労働相談等相談の業務については、相談にたずさわる者の誠意、真剣味等が重要であると痛感しました。先輩の先生方は、何らかの悩みを持ってこられた方々に対し、相談について表面的に法律的に説明するのではなく、同じ目線で一緒に考え、問題を共有する姿勢等が相談の合間、合間にうかがわれました。これこそが大切な要件と考えました。参考資料では学ぶことのできない体験をさせていただきました。

このような機会を通じ、社会に貢献できる実力を培いたいものと考えております。

(県央支部：伊藤準二)

引き続き、各無料相談会での相談員オブザーバー制度を実施しています。詳細は事務局までお問い合わせ下さい。



# うつ病に関する基礎知識3



## 「うつ病」に関する、用語や症状など

### 電話恐怖症候群

ふとしたきっかけで、特定のことが突然できなくなる。クレームの電話に手間取ったことで上司から注意を受けた人が、電話のベルが怖くなって受話器を取れなくなってしまう。いつも身なりのきちっとしている人が、髪の手を指摘されたために、いつも鏡を見るようになり、少しの乱れのために会社に行けなくなってしまう。

### 朝刊恐怖症候群

毎朝新聞を読む習慣を持っていた人が、新聞を読むのが億劫になってくる。頑張っても集中できない。不思議なことに会社からの帰宅後に夕刊は読める。しかし、症状が進むと夕刊も読めなくなる。さらにいろいろなことに対して興味や関心を持てなくなってしまう。好きなテレビ番組を見ても面白いと感じられず、ただ煩わしいだけになってしまう。

### 身だしなみ症候群

例えば、パートとして働き始めた主婦が、仕事のストレスから気持ちが落ち込んで、きちんとこなしていた家事もだんだんとルーズに。朝食にも手を抜くようになり、パジャマ姿で髪の毛ボサボサ、ノーメイクでキッチンに立ち、出かける家族に声も掛けなくなり、またベッドに入って眠ってしまう。朝から何をやるのも億劫で、家事がルーズになり化粧や身だしなみに気を配ることや、お洒落をする気分にもならなくなってしまう。

## 処遇不満症候群

中堅クラスになってから、それまでとは畑違いの部署に異動になった場合などで、新しい仕事でわからないことがあっても若い人に聞くことを躊躇してしまった結果、仕事に支障をきたしてしまう。それでどうしていいかわからなくなって会社に行けなくなってしまふ。また、技術的なものを持って総合職で入ったつもりなのに、普通の事務しか与えられない。そうすると自分は何のためにこの会社に入ったのかわからなくなってしまふ。

## 午前3時症候群（早朝覚醒）と日内変動

うつ病の人は朝早く目が覚めてしまふ傾向があります。しかもそのときにすっきり目が覚めるわけではなくて、気分も重く、布団からでることもできずに寝返りを繰り返しながら、後悔や自責の念から、将来を悲観したりします。月曜日の朝になると頭痛や腹痛が起こることは、「ブルーマンデー症候群」と呼びます。

また、「うつ」の精神症状や身体症状には、朝方や午前中に悪化し午後から夜には改善する「日内変動」という現象が見られます。この日内変動は、1日内で気分や体調のリズムが変化することをいいます。朝起きたときからずっと、気分が重く体調もすぐれません。午後からようやく改善され始め、夕方頃には気分が嘘のように晴れやかになり体調もよくなります。

## 仮面うつ病

うつ病になると、からだのあちこちにさまざまな症状が現れます。そのため、からだの病気と間違えて、うつ病と気づかないことが多い。このように、どちらかというところからだの症状しか訴えないタイプのうつ病を、「仮面うつ病」といいます。仮面うつ病の場合は、問診で根掘り葉掘り聞かないかぎり、自分から「ゆううつです」とか「気落ちがします」「悲しいです」といった言葉は出てきません。代わりに、患者さんは、「睡眠障害」「全身倦怠」「疲労」それに「さまざまな痛み」を訴えます。頭が痛い、胸が痛い、お腹が痛い、腰が痛い、膝が痛い……。こうした痛みの症状の陰に、気持ちのふさぎ込む、何をするのもおっくうといった抑うつ症状が隠されてしまふため、仮面うつ病は、単なるからだの病気と間違えられてしまひます。

## テクノ不安症とテクノ依存症

コンピュータが苦手な人が無理をして使っているうちにストレスを感じ、体調を崩してしまふ症状で、動悸、息切れ、肩こり、めまいなどの自律神経の失調や、うつ状態を引き起こします。仕事で突然コンピュータを使わなければならなくなった中高年ホワイトカラーに多い症状で、「テクノ不安症」と呼ばれます。逆にコンピュータに没頭しすぎることで現れる失調症状で、コンピュータがないと不安に感じたり、人付き合いを煩わしいと感じるようになってたりする症状が「テクノ依存症」で、コンピュータ愛好者の男性に多くみられます。

## うつ病の一般的な分類法の3タイプ

### 1 内因性うつ病

内因性うつ病は特に原因がはっきりせず、体質や遺伝など身体の内部的要因が関係しているとみられます。

#### 単極性うつ病

通常の状態とうつ状態が繰り返されます。俗にいう「うつ病」です。

## 双極性うつ病

そう状態とうつ状態が繰り返されます。俗にいう「躁鬱病」です。

## 2 心因性うつ病

心因性うつ病は、精神的なショックや心理的な葛藤などによるストレスに起因するものです。例えば、身の回りの不幸や仕事での失敗、人間関係のトラブルなどがきっかけになります。最近増加しているうつ病はおおよそこのタイプが多いことがあげられます。

## 3 身体因性うつ病

身体的病気や服用している薬物の影響によって引き起こされるタイプです。

- \* 病気：糖尿病・慢性腎不全・消化器系疾患・パーキンソン病・てんかん・脳腫瘍など
- \* 薬物：降圧剤・副腎皮質ホルモン・インターフェロンなど

最近では、身体因性うつ病は身体的疾患や薬物の服用をとめると自然に治癒するので、うつ病の分類から除外の傾向にあります。

## 上記3タイプに関連

### 1 軽症うつ病

重症のうつ病ではなく比較的症状が軽いもの。従来うつ病と健康な状態の境界的位置付けです。原因や症状は心因性うつ病とほぼ同じですが、軽症うつ病の場合は精神的症状により身体的症状が多く現れます。重症の場合は自殺する元気もないが、軽症の場合は自殺する気力が残っているので注意が必要となります。

### 2 仮面うつ病

軽症うつ病とほぼ同じ定義。身体的症状の下に精神的症状が隠れていることからそう呼ばれています。身体的症状（不眠・倦怠感・肩こり・めまい・腰痛・腹痛・食欲不振など）から内科、整形外科、耳鼻科などを受診しますが、異常なしと診断されるか自律神経失調症、心身症、神経症、更年期障害やメニエール病などと診断される場合があります。長期的に身体症状が改善されないときは、仮面うつ病を疑って精神科を受診して参ることを勧めます。

### 〔参考資料〕

プレジデント(2003.3.3号) 職場のうつ(AERA臨時増刊) 「うつ」かもしれない(光文社新書)  
「うつ」かなと思ったら読む処方箋(パンドラ新書) うつと自殺(集英社文庫) 働きすぎの時代(岩波新書) 「うつ」を治す(PHP新書)

(担当：杵 淵 徹)

