

# 鹿児島労基

定価 150円(会員の購読料は会費の中に含む)

発行所 公益社団法人鹿児島県労働基準協会  
 発行者 鹿児島市新屋敷町16の16  
 編集者 電話099(226)3621 FAX 099(226)3622  
 URL <http://www.kakikyo.or.jp>  
 印刷所 鹿児島市上荒田町 株式会社朝日印刷

2019年(令和元年) November 11月号

## 鹿児島県の最低賃金が改正されました



曾木の滝公園（伊佐市）

【写真提供者：村山 隆 氏】

### 目次 CONTENTS

|                          |   |
|--------------------------|---|
| さくらじま                    | 1 |
| 鹿児島県の最低賃金が改正されました        | 2 |
| がん治療と仕事の両立について           | 3 |
| 年次有給休暇の年5日の確実な取得について     | 4 |
| 11月は「労働保険適用促進強化期間」です     | 5 |
| ハローワークのサービスが充実します        | 6 |
| 11月は「しづ寄せ防止キャンペーン月間」です   | 6 |
| 令和元年 業種別死傷災害発生状況（9月末速報値） | 7 |
| 保健師からお届け クローバーたより        |   |
| ～ホントにあってる？！ 正しい果物の摂り方！～  | 8 |

### さくらじま

10月の消費増税を機にキャッシュレス化がさらに進もうとして

いる。

キャッシュレス化のメリットの一つに、労働生産性の向上があげられる。「レジ締め業務」の効率化のため、「現金お断わり」とするお店も増えてくるかもしれない。

時代の波に乗り遅れては大変と、QRコード決済に恐る恐るチャレンジしてみたりもする。将来的には、通貨の有り様も、超デジタル化へと変わっていくのであろう。

思えば、古代の中国や日本では、貝殻が貨幣の役割を果た

### 11月は「過重労働解消キャンペーン」

「過労死等防止啓発月間」です

11月はテレワーク月間 働く、が変わる

令和元年度全国労働衛生週間説明会を開催しました

令和元年度第2回作業環境測定士試験のご案内

特定自主検査強調月間(11月1日～30日)のご案内

ビジネスセミナー2019「労働塾」のご案内

腰痛予防対策講習会のご案内

令和元年12月の講習開催のご案内

11月は「過重労働解消キャンペーン」

「過労死等防止啓発月間」です

11月はテレワーク月間 働く、が変わる

令和元年度全国労働衛生週間説明会を開催しました

令和元年度第2回作業環境測定士試験のご案内

特定自主検査強調月間(11月1日～30日)のご案内

ビジネスセミナー2019「労働塾」のご案内

腰痛予防対策講習会のご案内

令和元年12月の講習開催のご案内

していた。「買」、「財」、「貯」などの文字の部首が貝となっているのはその所以である。

貝貨としてよく使われたのは、南方の島で採れる「タカラガイ」であるが、南方の地の利を活かし、鹿児島では、貝貨や貝の装飾品の工房らしきものがあったとのこと。

古代の鹿児島では、「お金もち」ならぬ「貝貨もち」が、豊かに暮らしていたことが想像できる。

この10月、鹿児島では最低賃金額が過去最大の引上げ額となり、企業負担が懸念されているところではあるが、鹿児島の経済の好循環を願う。

# 最低賃金が、ことしも変わります。

鹿児島労働局賃金室

## 鹿児島県の最低賃金が改正されました。

【鹿児島県最低賃金が令和元年10月3日より時間額790円に改正されました。】

| 鹿児島県最低賃金<br>(地域別最低賃金) | 最 低 賃 金 額 | 効 力 発 生 日 |
|-----------------------|-----------|-----------|
|                       | 時 間 額     |           |
|                       | 790 円     |           |
|                       |           | 令和元年10月3日 |

- 最低賃金は、臨時、パート、アルバイトなどすべての労働者に適用され、使用者は労働者に対し、最低賃金以上の賃金を支払わなければなりません。
- 特定（産業別）最低賃金の産業に該当する場合は、当該最低賃金も適用されます。
- 最低賃金には、次の賃金は算入されません。  
 ①臨時に支払われる賃金（結婚手当など）  
 ②一月を超える期間ごとに支払われる賃金（賞与など）  
 ③時間外・休日・深夜労働に対する割増賃金  
 ④精皆勤手当、通勤手当、家族手当

### 〈最低賃金に関するお問い合わせ先〉

鹿児島労働局賃金室 （電話）099-223-8278  
 鹿児島労働基準監督署（電話）099-214-9175  
 鹿屋労働基準監督署（電話）0994-43-3385

川内労働基準監督署（電話）0996-22-3225  
 加治木労働基準監督署（電話）0995-63-2035  
 名瀬労働基準監督署（電話）0997-52-0574

## 鹿児島労働局・労働基準監督署

<http://jsite.mhlw.go.jp/kagoshima-rooudoukyoku/>

最低賃金テレフォンサービス Tel099-223-8881

最低賃金が、  
ことしも  
変わります。

確認しましょう！

鹿児島県 最低賃金

790 時間額  
円

令和元年  
10月3日から  
29円  
UP

雇う上でも、働く上でも、最低限のルール。  
使用者も、労働者も、必ず確認。最低賃金。

最低賃金に関するお問い合わせ  
鹿児島労働局または鹿児島労働基準監督署へ  
鹿児島労働局ホームページアドレス  
<http://jsite.mhlw.go.jp/kagoshima-rooudoukyoku/>

最低賃金に関する特設サイト  
<http://www.saitteichingin.info/>



## 最低賃金制度って何？

働くすべての人に、  
賃金の最低額(最低賃金額)を  
保障する制度です。

年齢やパート・学生アルバイトなどの  
働き方の違いにかかわらず、  
すべての労働者に適用されるんです。



### 確認の方法は？

確認したい賃金を時間額にして、  
最低賃金額(時間額)と比較してみましょう！

最低賃金額との比較方法 あなたの賃金と該当する都道府県の最低賃金額を書き込んでみましょう！

|                          |                                      |   |  |   |     |   |            |
|--------------------------|--------------------------------------|---|--|---|-----|---|------------|
| 1 時間給の場合                 | 時間給                                  | ≥ | 最低賃金額(時間額)   |   |     |   |            |
| 2 日給の場合                  | 日給                                   | ÷ | 1日平均労働時間<br>時間   | = | 時間額 | ≥ | 最低賃金額(時間額) |
| 3 月給の場合                  | 月給                                   | ÷ | 1ヶ月平均労働時間<br>時間  | = | 時間額 | ≥ | 最低賃金額(時間額) |
| 4 上記1,2,3が<br>組み合わせている場合 | 例えば、基本給が日給で<br>各手当(職務手当など)が<br>月給の場合 | → | 2の計算で時間額を出す<br>①各手当(月給) → 3の計算で時間額を出す<br>②①と②を合計した額 ≥ 最低賃金額(時間額) |   |     |   |            |

（※1）最低賃金額との比較に当たって、次の資金は算入しません。  
 ①賃金以外の給付金（被扶養人扶助金等）、被扶養人扶助金等による1ヶ月分相当の賃金（「被扶養人扶助金等」は所定労働時間に対して支払われる賃金（時間外労働賃金などを）の所定労働日比（通常の労働時間の賃金と、超過労働時間の賃金との比率）による賃金）  
 ②賃金以外の、賃料手当および家賃手当  
 ③精勤手当、通勤手当および家賃手当  
 ④2ヶ月勤務で認められるべき賃金（賃金の計算期間を2ヶ月とし、前月の賃金を後月に支給する場合）  
 ⑤2ヶ月勤務で認められないべき賃金（賃金の計算期間を2ヶ月とし、前月の賃金を後月に支給する場合）

使用者も、労働者も、必ず確認。最低賃金。



スマート携帯で  
最低賃金の  
確認をおこな  
チェックしましょ！

賃金の引上げを支援します。

業務改善助成金

生産性向上のための設備投資などを行って、事業場内の最低賃金を一定額以上引き上げた場合、その設備投資などの費用を一定程度補助する制度です。対象事業者と支給条件、助成金は一定の条件があります。

詳しくはWEBで確認！ <http://www.mhlw.go.jp/stf/seisaku/seisaku/000000000000000000.html>

専門家による無料相談を実施しています

賃金引上げにご悩むの方は働き方改革推進支援センターにご相談ください。

働き方改革推進支援センター <http://www.mhlw.go.jp/stf/seisaku/seisaku/000000000000000000.html>

リサイクル情報



## 「がん治療と仕事の両立について」

鹿児島産業保健総合支援センター 産業保健相談員 前田 雅人

生涯のうちに日本人の約2人に1人ががんに罹患すると推計されている。国立がん研究センターのがん情報サービスによると2014年のがん罹患データでは、多い順に男性は胃がん、肺がん、大腸がん、女性は乳がん、大腸がん、胃がんであり、また2017年のがん死亡データでは、男性は肺がんが一番多く、胃がん、大腸がんと続き、女性は大腸がん、肺がん、膵がんの順、男女合わせると肺がん、大腸がん、胃がんの順である。年間約85万人が新たにがんと診断されており、このうち約3割が就労世代（20～64歳）である。がん医療の進歩により、がん患者の生存率は向上し、2006年～2008年の間にがんと診断された人の約6割は5年後も生存している状況にある。この生存率の向上に伴い、がんを抱えながら仕事を続けている労働者は、平成22年国民生活基礎調査に基づく推計では約32.5万人もいるとのことである。

がんだけではないが、疾病を抱えた労働者が治療と仕事の両立を図るために、いくつかの留意事項がある。厚生労働省が平成30年3月に作成した「事業場における治療と仕事の両立支援のためのガイドライン」では、①安全と健康の確保、②疾病を抱える労働者本人の取り組み、③労働者本人からの支援申出、④治療と仕事の両立支援の特徴を踏まえた対応、⑤個別事例の特性に応じた配慮、⑥対象者、対応方法の明確化、⑦個人情報の保護、⑧両立支援にかかる関係者間の連携などを挙げている。特にがんでは、がんの種類や進行度が同じであっても、がん治療や治療に伴う症状等は労働者によって様々であり、両立支援に当たっては、個別性に配慮した対応が必要となる。ガイドラインでは治療方法に応じて以下のポイントを挙げている。

1) 手術を受ける場合には、労働者が主治医に対して入院期間、手術後に出来やすい合併症や制限すべき動作などについて確認し、必要に応じてそれらの情報を事業者に提供することが望ましい。

2) 化学療法（抗がん剤治療）を受ける場合には、労働者が主治医に対して入院の要否や治療期間、出やすい副作用及びその内容・程度について確認し、必要に応じてそれらの情報を事業者に提供することが望ましい。化学療法では副作用によって周期的に体調の変化を認めることがある。

3) 放射線治療を受ける場合は、労働者が主治医に対して治療スケジュールを確認し、必要に応じてそれらの情報を事業者に提供することが望ましい。治療中は、頻回の通院による疲労に加えて治療による倦怠感等が出現することがある。

4) がんと診断された者の多くは一時的に大きな精神的衝撃を受け、多くの場合は数週間で回復するが、がんの診断が主要因となってメンタルヘルス不調に陥る場合もある。そのため、産業医や保健師、看護師等の産業保健スタッフが連携するなどして、適切な配慮を行うことが望ましい。

私が経験した事例では、かなり衰弱した状態でも職場に来られるため、できれば無理をせずに家で休んでほしいと思いつつも、仕事に来ることが本人の生きがいであり、心の支えになっている状態を考え、職場環境の整備に苦慮した。本人の意向、主治医の診断、産業医の意見、事業所の方針などを考慮しつつ、最適の対応、配慮を実施するためには、常に意見のやり取りができる信頼関係の構築が欠かせないと感じた。

ほ  
つ  
と  
ー  
思  
vol.8



梨の花（桜島の大地より）

# 年次有給休暇の年5日の確実な取得について

## 時季指定の具体的なイメージ

鹿児島労働局監督課

**図解** 基準日から半年経過後に、年次有給休暇の請求・取得日数が5日未満となっている労働者に対して、時季指定を行う場合

- ①4/1に年休を10日以上付与  
⇒1年間（4/1～翌3/31まで）に5日年休を取得させる義務が発生



- ②半年経過（10/1）時点で、年休を2日しか取得していない（その時点で請求もしていない）



- ③残りの半年間で、未取得日数分の年休を使用者が時季指定

休暇の請求・取得日数が5日未満の労働者

これまで5日取得できていないようですが、いつ休暇を取得したいですか。

それでは〇月×日に休んでください。

使用者

## Q&A

**Q1**

使用者が年次有給休暇の時季を指定する場合に、半日単位年休とすることは差し支えありませんか。また、労働者が自ら半日単位の年次有給休暇を取得した場合には、その日数分を使用者が時季を指定すべき年5日の年次有給休暇から控除することができますか。

時季指定に当たって、労働者の意見を聴いた際に、半日単位での年次有給休暇の取得の希望があつた場合には、半日（0.5日）単位で取得することとして差し支えありません。

また、労働者自ら半日単位の年次有給休暇を取得した場合には、取得1回につき0.5日として、使用者が時季を指定すべき年5日の年次有給休暇から控除することができます。

（なお、時間単位の年次有給休暇については、使用者による時季指定の対象とはならず、労働者が自ら取得した場合にも、その時間分を5日から控除することはできません。）

**Q2**

使用者が年次有給休暇の時季指定をするだけでは足りず、実際に取得させることまで必要なのでしょうか。

使用者が5日分の年次有給休暇の時季指定をしただけでは足りず、実際に基準日から1年以内に年次有給休暇を5日取得していかなければ、法違反として取り扱うことになります。

**Q3**

年度の途中に育児休業から復帰した労働者等についても、年5日の年次有給休暇を確実に取得せらる必要があるのでしょうか。

年度の途中に育児休業から復帰した労働者等についても、年5日の年次有給休暇を確実に取得していただく必要があります。ただし、残りの期間における労働日が、使用者が時季指定すべき年次有給休暇の残日数より少なく、5日の年次有給休暇を取得させることが不可能な場合には、その限りではありません。

※この他にも、よくあるご質問をHPに掲載しています。

検索ワード ➔ 働き方改革 厚労省 Q&A

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000148322\\_00001.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000148322_00001.html)



※個別の事案についてのご質問は、所轄の労働基準監督署または都道府県労働局にお問い合わせください。

# 11月は「労働保険適用促進強化期間」です！

鹿児島労働局労働保険徴収室

労働保険は  
労災保険（労働者災害補償保険）と  
雇用保険を総称した言葉です。

法人・個人を問わず事業主の方は、  
正社員、パート、アルバイトといった  
雇用形態に関わらず、一人でも雇つたら  
労働保険に必ず入らなければいけません  
(5人未満の労働者を使用する個人経営の  
農林水産事業を除く)。

労働保険は、従業員の安心と会社の  
安定のための保険。

「そもそも知らなかった」  
「小さい会社だから大丈夫だと思っていた」  
「設立準備が忙しくて忘れてた」  
など、様々な理由があると思いますが、  
従業員のため、会社のために加入する  
ことは事業主の責任です。

まだ加入手続を行っていない事業主の方、起業して新たに労働者を雇つた事業主の方は、  
速やかに手続をお願いします。

## 加入手続を怠っていると

- 1 遅って保険料を徴収するほか、追徴金も徴収します。
- 2 労働災害が生じた場合、労災保険給付額の全部又は一部を徴収することがあります。
- 3 事業主の方のための助成金が受けられません。

労働保険の各種手続きは、電子申請・電子納付によっても行うことができます。

電子申請の詳しい内容については、「電子政府の総合窓口（e-Gov）」電子申請のページ  
(<https://www.e-gov.go.jp>) 又は厚生労働省HPをご覧ください。

※労働保険の手続きは、社会保険労務士または労働保険事務組合（商工会等）に委託して  
行うことも可能です。

### 【労働保険事務組合に委託した場合】

- 1 事業主自身の事務処理が軽減されます。
- 2 保険料の額に関わらず、保険料を年間3回に分けて納付できます。
- 3 事業主及び家族労働者も労災保険に特別加入できます。

### ＜問い合わせ先＞

鹿児島労働局労働保険徴収室（TEL 099-223-8276）  
又は、最寄りの労働基準監督署・ハローワークまで

厚生労働省HP <http://www.mhlw.go.jp>

労働保険

検索



**2020年1月6日から、スマートフォン対応、マイページ開設、求人情報の充実など  
ハローワークのサービスが充実します！**

厚生労働省は、仕事をお探しの皆さま、人材採用をご検討されている企業・団体などの皆さまが、ハローワークのサービスを快適にご利用いただけるよう、ハローワークのサービスの充実を図ります。

**変更その1 ハローワークインターネットサービスをリニューアルします。**



ハローワークの求人情報を検索、閲覧できる「ハローワークインターネットサービス」のウェブサイトが「スマートフォン」や「タブレット」にも対応！

**変更その2 ハローワークインターネットサービス上に「マイページ」を開設できるようになります。**



「求職者マイページ」では、お気に入りの求人や求人検索条件の保存が可能に！

「求人者マイページ」では、オンライン求人申し込みやハローワークへの採否連絡などのサービスがご利用になれます。

**変更その3 「充実した求人情報」と「マッチング支援」。**



求人票が一新！掲載情報量を増すことで、仕事をお探しの方が希望する企業・団体などの情報を、もっと深く知ることができます。そして、豊富な情報を元に、充実した職業相談・紹介を行い、的確なマッチングを支援します。



詳細は、厚生労働省ホームページをご覧ください。

**県内の雇用失業情勢について**

鹿児島労働局職業安定課

**【令和元年8月分】**

県内有効求人倍率 1.36倍（前月比0.01P増）

全国有効求人倍率 1.59倍（前月と同水準）

県内正社員有効求人倍率 1.02倍（前年同月比0.07P増）  
全国正社員有効求人倍率 1.13倍（前年同月と同水準）

※ 本県の雇用失業情勢は、景気が緩やかに回復しつつあることや、それに伴う人手不足を背景として、令和元年8月の県内有効求人倍率（季節調整値）が40ヶ月連続で1倍台で推移する推移するなど、全体としては企業の採用意欲は高く、引き続き改善していますが、産業によって求人の増減にばらつきがみられることから、今後の求人・求職の動きに注視してまいります。

**各種助成金、活用してみませんか？**

鹿児島労働局職業対策課

労働局長の認定を受けた支援計画に沿って障害者の職場定着のための取組を行う事業主を支援します！

**【障害者雇用安定助成金】 次の2つのコースがあります。**

● 障害者職場定着支援コース ●

障害特性に応じた雇用管理・雇用形態の見直し等の措置を講じた場合に助成する制度です。

● 障害者職場適応援助コース ●

職場適応・定着に特に課題を抱える障害者に対して、職場適応援助者（ジョブコーチ）による直接的・専門的な支援を提供した場合に助成する制度です。

ご相談は、県内ハローワークまたは職業対策課（☎099-219-8712）へお問い合わせください。

# 11月は「しわ寄せ防止キャンペーン月間」です。

大企業・親事業者による長時間労働の削減等の取組が、下請等中小事業者に対する適正なコスト負担を伴わない短納期発注、急な仕様変更などの「しわ寄せ」を生じさせている場合があります。

大企業等と下請等中小事業者は共存共栄!  
適正なコスト負担を伴わない短納期発注や  
急な仕様変更などは止めましょう!



(しわ寄せ防止特設サイト)

鹿児島労働局雇用環境・均等室

☎099-223-8239

## 2019年（令和元年） 秋季全国火災予防運動

令和元年11月9日（土）から11月15日（金）

ひとつずつ いいね！で確認 火の用心

11月9日は「119番の日」

## 令和元年 業種別死傷災害発生状況（令和元年9月末 速報版）

鹿児島労働局

|                   | 令和元年  |      | 平成30年 |      | 増減数  |      |
|-------------------|-------|------|-------|------|------|------|
|                   | 死傷者数  | 死亡者数 | 死傷者数  | 死亡者数 | 死傷者数 | 死亡者数 |
| 全産業               | 1,328 | 9    | 1,299 | 7    | 29   | 2    |
| 1 製造業             | 236   | 1    | 250   | 0    | -14  | 1    |
| 1 食料品製造業          | 139   | 1    | 142   |      | -3   | 1    |
| 4 木材・木製品製造業       | 20    |      | 17    |      | 3    |      |
| 9 煙業土石製品製造業       | 9     |      | 13    |      | -4   |      |
| 11～12 金属製品製造業     | 17    |      | 15    |      | 2    |      |
| 13～15 機械機具製造業     | 14    |      | 17    |      | -3   |      |
| 上記以外の製造業          | 37    |      | 46    |      | -9   |      |
| 2 鉱業              | 1     | 0    | 5     | 0    | -4   | 0    |
| 3 建設業             | 203   | 2    | 205   | 2    | -2   | 0    |
| 1 土木工事業           | 82    |      | 76    |      | 6    |      |
| 2 建築工事業           | 99    | 2    | 112   | 2    | -13  |      |
| 3 その他の建設業         | 22    |      | 17    |      | 5    |      |
| 4 運輸交通業           | 134   | 1    | 155   | 0    | -21  | 1    |
| 1 鉄道・航空機業         | 2     |      | 8     |      | -6   |      |
| 2 道路旅客運送業         | 3     |      | 15    |      | -12  |      |
| 3 道路貨物運送業         | 128   | 1    | 131   |      | -3   | 1    |
| 4 その他の運輸交通業       | 1     |      | 1     |      |      |      |
| 5 貨物取扱業           | 24    | 0    | 19    | 0    | 5    | 0    |
| 1 陸上貨物取扱業         | 7     |      | 9     |      | -2   |      |
| 2 港湾運送業           | 17    |      | 10    |      | 7    |      |
| 6 農林業             | 76    | 3    | 63    | 3    | 13   | 0    |
| 1 農業              | 34    | 1    | 27    | 2    | 7    | -1   |
| 2 林業              | 42    | 2    | 36    | 1    | 6    | 1    |
| 7 畜産・水産業          | 65    | 0    | 64    | 0    | 1    | 0    |
| 8 商業              | 198   | 0    | 162   | 0    | 36   | 0    |
| 1 卸売業             | 35    |      | 19    |      | 16   |      |
| 2 小売業             | 148   |      | 118   |      | 30   |      |
| 3 理美容業            | 1     |      | 3     |      | -2   |      |
| 4 その他の商業          | 14    |      | 22    |      | -8   |      |
| 9 金融・広告業          | 12    | 0    | 14    | 1    | -2   | 0    |
| 11 通信業            | 19    | 0    | 18    | 0    | 1    | 0    |
| 12 教育・研究業         | 8     | 0    | 10    | 0    | -2   | 0    |
| 13 保健衛生業          | 188   | 0    | 180   | 0    | 8    | 0    |
| 1 医療保健業           | 75    |      | 81    |      | -6   |      |
| 2 社会福祉施設          | 112   |      | 94    |      | 18   |      |
| 3 その他の保健衛生業       | 1     |      | 5     |      | -4   |      |
| 14 接客娯楽業          | 75    | 0    | 65    | 0    | 10   | 0    |
| 1 旅館業             | 20    |      | 12    |      | 8    |      |
| 2 飲食店             | 38    |      | 28    |      | 10   |      |
| 3 その他の接客娯楽業       | 17    |      | 25    |      | -8   |      |
| 上記以外の事業           | 89    | 2    | 89    | 1    | 0    | 1    |
| 10 映画・演劇業         | 0     |      | 0     |      |      |      |
| 15 清掃・と畜業         | 51    | 1    | 51    | 1    |      |      |
| 16 官公署            | 0     |      | 2     |      | -2   |      |
| 17 その他の事業         | 38    | 1    | 36    |      | 2    | 1    |
| 陸上貨物運送事業（4～3・5～1） | 135   | 1    | 140   | 0    | -5   | 1    |
| 第三次産業（8～17）       | 589   | 2    | 538   | 2    | 51   | 0    |

- ① 死傷者数は、当月末までに発生した労働災害の被災者を翌月7日締めで集計したもの。  
 ② 死傷者数は、労働者死傷病報告のうち休業見込み日数が4日以上の災害によるもので、死亡者を含みます。  
 ③ 死亡者数は、各労働基準監督署の調査等により把握したもので、労働者死傷病報告が未提出の場合もあります。  
 ④ 陸上貨物運送事業及び第三次産業は、別計。

## 令和元年度 特定自主検査強調月間

令和元年11月1日▶11月30日

安心と 心のゆとり 特自検



主唱 / 公益社団法人建設荷役車両安全技術協会



\* 保健師からお届け  
クローバーたより \*

# ホントにあってる?! 正しい果物の摂り方!



果物が美味しい季節になりました♪  
甘酸っぱくてみずみずしい果物はビタミン・ミネラルを含んだ栄養素が満点！しかし、**選び方を間違えると肥満の要因に!!**正しい果物の摂り方紹介します！



果物の摂取は1日200gが目標とされているのに対して、若い世代や男性において不足している傾向にあります。

## 【上手にとりいれる3つのPOINT】

### 1. 食べる時間を考えて

「朝の果物は金」といわれるのは、すばやくエネルギー源として利用されるから。朝の果物は効率よく栄養素を取り込む事ができるのでGOOD！しかし、ソラレンを含む、グレープフルーツ、オレンジ、キウイ、レモン、ミカン等は、紫外線を吸収する作用があるので、シミ・そばかすの原因に。ソラレンを含む果物は夜に食べるのがおススメ◎

### 2. 加工品に注意！！食べるなら生に限る！！

カロリーが高いと思われてるのは、果物に含まれる果糖が原因。砂糖より甘みを感じますが、脂質の量が少ないので、甘いお菓子を食べるよりは生の果物がヘルシー!!一方、缶詰やジャムは加工段階で栄養素が失われている可能性がある他、余分な砂糖を使っているので高カロリーになっていることがあるので注意!!

### 3. 単品ダイエットを避ける！！

朝バナナダイエットやリンゴダイエット等は、食事量が減ることで一時的に体重が落ちたように見えますが、長く続けると栄養バランスに偏りが生じてくるので、**単品のみ食べ続ける事はおススメしません!!**



**梨**: 食物繊維が豊富に含まれており便秘予防に効果的！解熱作用も期待でき、夏バテや夏風邪に最適



**ブドウ**: 抗酸化物質が多く含まれているため、肌のアンチエイジング効果が期待でき、脂肪の吸収を抑える作用が◎



**みかん**: 皮膚や粘膜を強化し、肌細胞を活性化させる複数のミネラル分が含まれます◎



**りんご**: ポリフェノールが豊富でアンチエイジング効果が期待できます。またカリウムが豊富でむくみの改善に◎

キングオブ果物  
はなんやろか？



**キウイフルーツ** ♡  
①キウイに含まれる食物繊維はバナナの約3本分!!

栄養素はりんごの約6倍!!

②キウイ1個で1日分のビタミンCが摂れます◎

③食前30分前のキウイで血糖値上昇を抑えます!!



**夕食30分前のキウイ習慣がおススメ**

**出番ですよー!!**  
**あたいの健康法**  
40代 女性  
【鹿児島市在住】

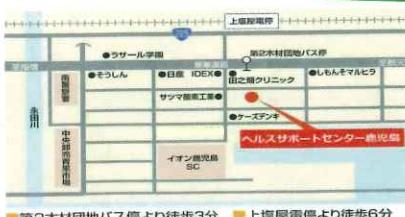
幼い頃から運動が苦手な私。体を動かすことから逃げていました。しかし転職を機に健康について考えるようになり、1年前にエアロバイクを購入。「1日10分～15分、休日は少し長めに」をこころがけて取り組んでいます。そのおかげでどうか。先日測定した血管年齢は34歳!!

エアロバイクの良いところは、天候に左右されずスキマ時間で実施できること！  
ほそくながーく続けることが目標です。

**次はわいの番だぞ！  
バトンタッチ!!**

健康の保持・増進のお手伝いをします！！  
公益社団法人 鹿児島県労働基準協会  
ヘルスサポートセンター鹿児島  
〒891-0115 鹿児島市東開町4-96

健康相談・お問い合わせはこちら 電話 099-266-2631



# 11月は「過重労働解消キャンペーン」「過労死等防止啓発月間」です。

鹿児島労働局監督課

## 過重労働による健康障害を防止するために

### ① 時間外・休日労働時間を削減しましょう。

- ・36協定（時間外労働・休日労働に関する協定）で定める延長時間は、労働基準法によって定められる上限に適合する必要があります。
- ・特別条項付き協定により限度時間（月45時間、1年変形制が適用される労働者については月42時間）を超える時間外労働が可能な場合にも、実際の時間外労働は限度時間以下とするよう努めましょう。
- ・休日労働についても削減に努めましょう。

### ② 年次有給休暇の取得を促進しましょう。

- ・年次有給休暇を取得しやすい職場環境づくり、時季指定・計画的付与制度の活用などにより、年次有給休暇の取得促進を図りましょう。

### ③ 労働者の健康管理に係る措置を徹底しましょう。

- ・健康管理体制を整備するとともに、健康診断を実施しましょう。
- ・長時間にわたる時間外・休日労働を行った労働者に対する医師による面接指導等を実施しましょう。

## 賃金不払残業を解消するために

### ① 職場風土を改革しましょう。

### ② 適正に労働時間の管理を行うためのシステムを整備しましょう。

### ③ 労働時間を適正に把握するための責任体制を明確化し、適正な労働時間の把握のためのチェック体制を整備しましょう。

## 過重労働防止対策推進シンポジウム

令和元年11月21日（木）13：30～16：00（受付13：00～）

「過労死等防止対策推進シンポジウム」を開催

TKPガーデンシティ鹿児島中央 霧島プレミアム会議室

（鹿児島市中央町26-1 南国アネックス）

URL <https://www.p-unique.co.jp/karoushiboushisympo>

### ●参加申込について

▶会場の都合上、事前の申し込みをお願いします。

（定員に満たない場合は、当日参加も可能です）

▶申し込みはWeb又はFAXでお願いします。

▶参加証は発行いたしません。そのまま当日お越しください。

▶定員超過の場合のみ、電話でご連絡いたします。



◀携帯電話・スマホでも

ICTを活用し、時間や場所を有効に活用できる柔軟な働き方

# CHANGE

11月はテレワーク月間  
働く、が変わる



## テレワークで実現する 働き方改革

テレワーク推進フォーラム（総務省、厚生労働省、経済産業省、国土交通省、産業界、学識者で構成）では、2015年より11月を「テレワーク月間」と定め、テレワークの認知向上を図るとともに、テレワークの活用を推奨し、働き方の多様性を広げる運動を推進しています。

テレワーク月間

検索

<http://teleworkgekkan.org/>

【問合せ先】

鹿児島労働局 雇用環境・均等室

（鹿児島市山下町13番21号 TEL：099-223-8239）

## 令和元年度全国労働衛生週間説明会を開催しました

(公社)鹿児島県労働基準協会鹿児島支部

(公社)鹿児島県労働基準協会鹿児島支部では、本年度の全国労働衛生週間（10月1日～7日）を前に9月に鹿児島市（2回）、指宿市、いちき串木野市、屋久島町の5会場で、安全衛生担当者等が多数参加し説明会を開催しました。各会場では、労働基準監督署の担当官から全国労働衛生週間の実施要綱を中心に改正労働基準法の説明があり、また、ヘルスサポートセンター鹿児島より感染症や受動喫煙対策等についての衛生講和もありました。

特に鹿児島会場の黎明館では、小林剛鹿児島労働局長から働き方改革等、労働環境について説明もあり参加者は聞き入っていました。各事業場の労働衛生管理活動の一層の促進を期待し説明会を終了しました。



## 令和元年度 第2回作業環境測定士試験のご案内

(公社)鹿児島県労働基準協会

(公財)安全衛生技術試験協会は、令和元年度第2回作業環境測定士試験を次により実施すると発表しましたのでご案内致します。

試験の種類：第二種作業環境測定士試験

試験期日：**令和2年2月13日（木）**

試験地及び試験場：久留米市（福岡県）・九州安全衛生技術センター

受験申請書の受付期間：令和元年11月6日（水）～12月4日（水）

受験願書等：当協会本部（TEL099-226-3621）又は、九州安全衛生技術センター（TEL0942-43-3381）に請求して下さい。

試験案内は、安全衛生技術試験協会のホームページに掲載されています。

\*その他必要な事項については、安全衛生技術試験協会（TEL 03-5275-1088）へお問い合わせ下さい。

## 新刊図書案内 職場すぐできる！腰痛対策の新常識

中央労働災害防止協会 発行

【問い合わせ 電話（販売）03-3452-6401】

価格／150円

腰痛に対する新しい考え方と、職場すぐできる対策をわかりやすくまとめたものです。



川栄李奈

# 特自検

— 特定自主検査 —

安心と  
心のゆとり  
特自検



検査を済ませた機械には、それを証する  
検査済標章を貼付しなければなりません。



とくじんくん

特定自主検査強調月間

令和元年11月1日 ▶ 30日

**主唱** 公益社団法人 建設荷役車両安全技術協会  
本部・各都道府県支部

**後援** 厚生労働省 経済産業省

**協賛** 中央労働災害防止協会  
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  
一般社団法人 日本建設機械工業会  
一般社団法人 日本産業車両協会



公益  
建設荷役車両安全技術協会

SAFETY ASSOCIATION OF CONSTRUCTION AND LOADING VEHICLES

令和元年度  
特定自主検査強調月間  
実施要綱

スローガン

**「安心と心のゆとり 特自検」**

令和元年11月1日 ▶ 11月30日

趣旨

建設荷役車両の特定自主検査(※以下特自検という)の実施台数は、平成30年度には全国で約190万台と推定され、特自検が定着しつつあるとはいえ、未だ相当数の未実施機械があるものと思われます。

また、フォークリフト、車両系建設機械等建設荷役車両に係る死亡災害は依然として発生しており、憂慮される状況です。

当協会においては、令和元年度においても、建設荷役車両を取扱う人の安全を確保し、労働災害の防止を目指して特自検の一層の普及促進を図るために、11月を特自検強調月間として各種の運動を強力に展開することとしました。

本年度は、各都道府県労働局・労働基準監督署の協力のもと、登録検査業者及び事業者における検査の実施体制及び検査対象機械の管理体制の整備を促進し、特自検が適正に実施されるよう、その周知・徹底に努めることとしました。

対象事業者

- (1)建設荷役車両の検査・整備を行う登録検査業者
- (2)建設荷役車両の事業内検査を行う事業者
- (3)建設荷役車両を使用する事業者・元方事業者
- (4)建設荷役車両のリース・レンタル事業者

主唱者の実施事項

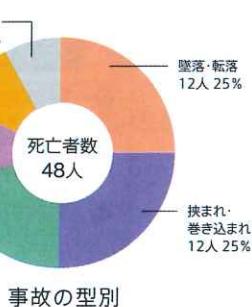
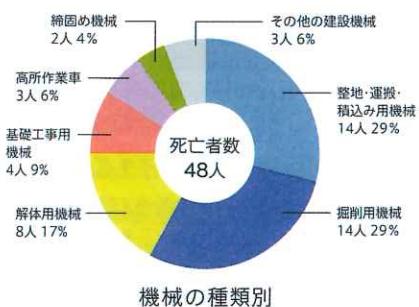
- (1)新聞、機関誌等による強調月間の趣旨と特自検の重要性のPR
- (2)ポスター、リーフレット等広報資料の作成と配布
- (3)巡回指導による現地指導
- (4)研修会・実務研修等の開催
- (5)「特自検業務点検表及びその解説(検査業者用又は事業内用)」を用いた特自検業務点検の実施勧奨

事業者が行う実施事項

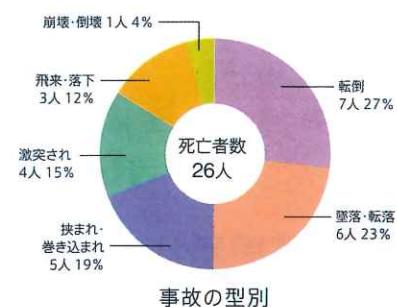
- (1)登録検査業者及び事業内検査を行う事業者のそれぞれの立場での実施事項
  - 特自検が、法令及び「特自検業務マニュアル」に従い適正に実施されているかを、「特自検業務点検表及びその解説(検査業者用又は事業内用)」を使用して、自社の特自検業務の実施体制・検査者・検査機器・標章・台帳・記録表等の管理について、業務点検を実施する。
  - 登録検査業者は、特自検の実施が定着するよう顧客に対しPRを行う。
- (2)建設荷役車両を使用する事業者・元方事業者及びリース・レンタル事業者のそれぞれの立場での実施事項
  - 特自検が計画的に実施されているか確認する。
  - 特自検未実施機械がないか、標章の貼付を確認する。
  - 特自検記録表の検査結果とその補修措置を確認する。

平成30年における車両系建設機械等・荷役運搬機械による死亡災害の発生状況

車両系建設機械・高所作業車



車両系荷役運搬機械  
(フォークリフト)



[情報提供:厚生労働省]

＜問い合わせ先＞

公益社団法人 建設荷役車両安全技術協会 鹿児島県支部  
鹿児島市卸本町6番地12(オロシティホール内)  
TEL 099(260)0615 FAX 099(260)0646



ビジネスセミナー2019「労働塾」のご案内

# 今押さえておきたい 最新労務問題 30選!!

～日常的な労務問題から最新の法改正や  
判例に関する問題まで詳細に解説～



講師 平井 彩 弁護士

(石巻・山中総合法律事務所)

◆令和元年5月に成立した「職場におけるパワハラ防止措置を企業に義務付ける法律」についての解説と実務対応

近時、「働き方改革」の名のもとに、労基法改正を含む法改正が実施され、重要な判例や裁判例も相次いで出されています。このような人事労務分野への関心とともに、新たな労務問題も次々に出てきています。このような新たな労務問題に対応するためには、法律や判例等を正確に理解しておくことが必要不可欠です。そこで、本セミナーでは、日常的な労務問題から最新の労務問題まで厳選した30の事例を紹介し、法律や判例の解釈に基づく人事労務管理のポイントを解説いたします。また、実務すぐに役立つ書式や就業規則の規定例をご紹介し、トラブルを未然に防ぐための実務対応についてご説明いたします。

## 講座内容

### 1. 募集・採用

- Q1 採用面接で病歴について質問しても良いですか  
Q2 民法改正で身元保証が変わるって本当ですか【書式あり】

### 2. 労働時間

- Q3 上司の承認なく残業する社員にも残業代を払わなければなりませんか【規定例あり】  
Q4 出張時の移動時間は労働時間として取り扱わなければなりませんか  
Q5 研修時間はどういう場合に労働時間にあたりますか  
Q6 三六協定の限度時間を超えて残業する社員に対して懲戒することはできますか  
Q7 従業員代表の選出の正しい方法を教えてください  
Q8 法定休日は特定すべきですか【規定例あり】  
Q9 休日に携帯電話の電源を入れておくことを命じたら労働時間に該当しますか【規定例あり】  
Q10 有給休暇の時季指定をしたのに社員が出勤してしまったら  
Q11 計画年休を導入しましたが年次有給休暇のない社員がいます

### 3. 賃金

- Q12 上限規制の施行に伴い、月45時間以上の時間外労働の固定払いは無効になりますか【規定例あり】  
Q13 パートにも正社員と同じように賞与を支給しなければならないのでしょうか（東京メトロ・大阪医科大学事件等）

### 4. 健康問題

- Q14 長期欠勤をしている社員が診断書を提出しないのですが解雇してもよいですか  
Q15 休職中の社員が「復職可」の診断書を出してきたのですが【規定例あり】

### 5. 服務規律・懲戒

- Q16 営業社員の携帯電話をGPSで監視しても良いですか【規定例あり】  
Q17 社内の録音を禁止することはできますか【規定例あり】  
Q18 バイドテロを防ぐためにはどうしたらよいですか【書式あり】  
Q19 社員が痴漢や窃盗で逮捕されたら

### 6. ハラスメント

- Q20 指導とパワハラの境界線は  
Q21 発言のみのセクハラで出勤停止の懲戒処分は重すぎますか  
Q22 社員からセクハラの訴えがあったのですが  
Q23 妊娠している女性社員に対し、業務の軽減を提案したらマタハラになりますか

### 7. 退職

- Q24 民法改正で辞職に関する就業規則を見直す必要がありますか【規定例あり】  
Q25 退職届の撤回を求められたのですが  
Q26 退職する社員から有給休暇の買い取りを求められたのですが  
Q27 人手不足なので65歳以上も継続雇用したいのですが  
Q28 退職した社員が競業会社へ転職するのを禁止することはできますか【書式あり】

### 8. 柔軟な働き方

- Q29 副業や兼業は認めなければなりませんか【規定例あり】  
Q30 在宅勤務を認めたいのですが注意点はありますか

日時

2019年 11月26日(火)  
10:00~16:30

会場 鹿児島サンプラザ天文館

鹿児島市東千石町2-30 TEL. 099-224-6639

鹿児島中央駅から「鹿児島駅前」方面市電に乗車。

「天文館」電停にて下車（所要時間10分程） 「天文館」電停から徒歩約5分。

受講料 テキスト・昼食・お飲み物代込、消費税込

|                                      |         |
|--------------------------------------|---------|
| ●一般のお客様                              | 19,800円 |
| ●「労働基準広報」「先見労務管理」「労働安全衛生広報」ご購読者様     | 14,300円 |
| ●「建設労務安全」ご購読者様および<br>ビジネススクール会員様     | 16,500円 |
| ●鹿児島県労働基準協会会員様および<br>鹿児島県社会保険労務士会会員様 | 16,500円 |

主催：株式会社労働調査会 九州支社 / 共催：一般社団法人 日本労務研究会

協力：公益社団法人 鹿児島県労働基準協会 / 鹿児島県社会保険労務士会

ビジネスセミナー「労働塾」

◆受講申込書◆

FAX. 092-713-7064

2019

## 鹿児島開催「労働塾」

開催日時：

11月26日(火)

10:00～16:30

鹿児島サンプラザ天文館

【講師紹介】弁護士 平井 彩 (ひらい あや)

2009年 慶應義塾大学大学院法務研究科修了

2010年 司法試験合格

2011年 12月に弁護士登録、石崎・山中総合法律事務所入所

使用者側の人事労務を専門分野とし、個々の法律相談、就業規則の作成、実務指導から、個別労使紛争、集団労使紛争対応に至るまで、幅広く手掛けている。

著書に

「就業規則の法律実務&lt;第4版&gt;」(共著、中央経済社)

「賃金規則・法定の法律実務」(共著、中央経済社)

「懲戒権行使の法律実務&lt;第2版&gt;」(共著、中央経済社)

◆下記ご記入の上FAXにてお申込みください◆

申込日： 2019年 月 日

| 御社名<br>(フリガナ)                         | セミナー申込書入手方法について<br>・調査会DM<br>・社労士会<br>・その他( ) |    |
|---------------------------------------|---|----|
| ご住所<br>(フリガナ)<br>〒                    |   |    |
| TEL                                   | FAX   |    |
| E-Mail<br>(よろしければ<br>メールアドレスをご記入ください) |   |    |
| 受講者名<br>(フリガナ)                        | 所属部署・役職名                                      | 備考 |
| (フリガナ)                                |   |    |
| (フリガナ)                                |   |    |
| (フリガナ)                                |   |    |

◆以下、何れかを丸で囲んでください◆

●ご購読中の弊社発行の定期刊行誌：・労働基準広報・先見労務管理・労働安全衛生広報・建設労務安全・購読無し

●ビジネススクール会員・特別割引会員：・個人会員・法人会員・鹿児島県労働基準協会会員・鹿児島県社労士会会員

◆支払方法◆受付後、受講券と請求書・振込用紙をお送りいたします。当日のお支払いも受け付けております。

## ◆受講料の割引特典について◆

「労働基準広報」「先見労務管理」「労働安全衛生広報」購読者様は、税抜価格から5,000円割引。「建設労務安全」購読者様及び

B S会員様は、税抜き価格から3,000円割引。但し、B S法人会員様は、3名様まで各々税抜き価格から3,000円割引いたします。

また、11月26日開催に限り、鹿児島県労働基準協会会員様および鹿児島県社労士会会員様は、B S会員価格が適用となります。

## ■キャンセルについてのご案内

お申し込み後のキャンセルは、テキスト・昼食・お飲み物等の準備の関係から11月19日(火)までにご連絡ください。

## ■個人情報の取扱いについて

お預かり致しました個人情報は、書籍・定期刊行誌や講習会、セミナー、ビデオのご案内等限られた目的で利用させていただき、情報の取扱いにつきましては適正な保護に努めます。

お問合せ先

株式会社労働調査会 九州支社

担当:藤木、吉田、末永

TEL.092-713-1772 〒810-0001 福岡市中央区天神3-9-25 東晴天神ビル3階

厚生労働省委託事業

2019年版

# 腰痛予防対策講習会

参加費  
無料

## 予防は治療に勝ります

陸上貨物  
運送事業社会福祉業  
医療保健業保健衛生業  
の事業主

第三次産業における労働災害が増えています！

特に腰痛は第三次産業における**職業性疾病の7割**を占めます。今後も社会的役割の拡大が見込まれる陸上貨物運送・社会福祉・医療保健の現場において、高齢化の進展に伴うその予防対策が重要な課題となっています。



### 内 容

全47会場にて対象者を分けて同日に講習を行います。腰痛予防対策指針をイラスト等によりわかりやすく解説。前年度講習会では9割以上の方が「有意義」とご回答頂きました。(アンケート調べ)

講義

腰痛の発生状況、腰痛の影響要因、対策のための体制づくり  
労働災害発生のメカニズムと災害防止の取り組み  
作業空間、床面等の作業環境の改善  
腰痛予防対策チェックリスト、リスクアセスメントの活用  
腰痛予防に資する助成金と制度の紹介など

実技

機器を用いて腰部の負担を軽くする作業ポイント解説  
腰痛予防体操  
作業姿勢と腰部の負担が特に大きくなる作業別のポイント  
腰痛を起こしにくい作業姿勢確認など

### 対 象

#### ① 陸上貨物運送事業における事業場衛生管理担当者向け

**対象者** 集配利用運送業・貨物運送取扱業・運送代理店の衛生管理担当者など

9:30～ 受付開始 → 10:00 開講 → 12:00 終了

#### ② 社会福祉・医療保健業の衛生管理担当者向け (事業者、施設長等も対象としています)

**対象者** 介護サービス事業所、高齢者施設、障害者施設、保育施設等の介護従事者、病院・診療所の看護従事者、事業者、施設長、管理者など

13:15～ 受付開始 → 13:45 開講 → 16:15 終了

#### ③ 保健衛生業の事業主などの管理担当者向け

管理事業者として腰痛予防対策推進の必要性(特に福祉機器の整備の必要性)・労働衛生管理について等の講習を行います。

**対象者** 介護サービス事業所、高齢者施設、障害者施設、保育施設等の事業者、施設長、管理者など

16:45～ 受付開始 → 17:00 開講 → 19:00 終了

※上記③は全国47会場中16会場(政令指定都市)での開催となります。

他の会場については、②の講習において事業者向け内容を含めて開催しますので、そちらにご参加ください。

## お申込方法

**Webからお申込みいただきます**

- ①「ノーリフト協会」で検索。HP内「腰痛予防対策講習会」リンクへ。  
(<https://seminar.tairapromote.co.jp/yotsu-yobo>)
- ②腰痛予防対策講習会「残席確認・オンライン申込み」より各対象講習へお申込みください。
- ③申込後、メール(受講票)が自動返信されますのでご確認ください。



こちらのQRコードでも



アクセスできます！

## 注意事項

- 各会場とも先着順でお申込を受け付け、定員に達し次第締め切りいたします。
- 受付完了後、自動で返信メールをお送り致します。  
返信メールの内容が、そのまま受講票となりますので、開催日当日に返信メールを印刷、またはスマートフォンなどでメール画面を受付にてご提示下さい。
- お申込時にご記入いただいた個人情報につきましては、株式会社平プロモートの個人情報保護に関する基本方針に基づき、安全かつ適正に管理いたします。  
また、本講習会に必要な一連の業務以外に使用することはありません。講習会終了後、1か月から3か月以内に平プロモートから腰痛予防対策講習会参加後の取組状況を把握するための「フォローアップアンケート」への回答依頼を行いますので、ご承知おきください。全行程を終了された方には、受講修了証を発行させていただきます。
- お申込をキャンセルする場合は、下記「お問い合わせ先」までご連絡下さい。

## 日程・会場【9月1日受付開始】

【中国四国・九州沖縄】～全国47会場の開催予定など最新情報は、Webでご確認ください～

| 都道府県 | 開催日       | 会場               | 所在地                |
|------|-----------|------------------|--------------------|
| 鳥取   | 10月1日(火)  | とりぎん文化会館         | 鳥取市尚徳町101-5        |
| 島根   | 10月4日(金)  | 島根県民会館           | 松江市殿町158           |
| 岡山*  | 11月5日(火)  | ピュアリティまきび        | 岡山市北区下石井2-6-41     |
| 広島*  | 11月15日(金) | ワーカピア広島          | 広島市南区金屋町1-17       |
| 山口   | 11月25日(月) | ゆ~あいプラザ山口県社会福祉会館 | 山口市大手町9-6          |
| 徳島   | 10月29日(火) | とくぎんトモニプラザ       | 徳島市徳島町城内2番地1       |
| 香川   | 11月12日(火) | 香川県県民ホール レクザムホール | 高松市玉藻町9-10         |
| 愛媛   | 11月1日(金)  | リ杰ール松山           | 松山市南堀端町2番地3 JA愛媛8F |
| 高知   | 11月22日(金) | 高知県立地域職業訓練センター   | 高知市布師田3992-4       |
| 福岡*  | 12月13日(金) | 都久志会館            | 福岡市中央区天神4-8-10     |
| 佐賀   | 11月29日(金) | 佐賀県教育会館          | 佐賀市高木瀬町東高木227番地1   |
| 長崎   | 12月3日(火)  | 長崎県建設工業協同組合      | 長崎市魚の町3番33号        |
| 熊本*  | 12月6日(金)  | 熊本市流通情報会館        | 熊本市南区流通団地1丁目24番地   |
| 大分   | 11月19日(火) | 大分県中小企業会館        | 大分市金池町3丁目1-64      |
| 宮崎   | 12月9日(月)  | 宮崎県トラック協会総合研修会館  | 宮崎市恒久1-7-21        |
| 鹿児島  | 12月16日(月) | ホテル自治会館(市町村自治会館) | 鹿児島市鴨池新町7番4号       |
| 沖縄   | 11月27日(水) | ケア・クロッシング寄宮      | 那霸市寄宮1丁目312-4      |

\* のついた会場では ③ 保健衛生業の事業者業などの管理者向け講習会(17:00~)も開催します。

※台風や災害等の影響により講習会を延期する場合があります。

お問い合わせ先

株式会社 平プロモート

〒471-0867 愛知県豊田市常盤町1-88

TEL 0565-32-6226 / FAX 0565-32-6262 腰痛予防対策講習会  
mail:yotsu-yobo@tairapromote.co.jp 事務局まで

運営協力 日本ノーリフト協会 中央労働災害防止協会 陸上貨物運送事業労働災害防止協会

## 令和元年12月 講習開催のご案内

## 鹿児島教習所実施分 (鹿児島市七ツ島1-6-2)

問い合わせ・申込書取り寄せ先：本部  
TEL099-226-3621 FAX099-226-3622  
鹿児島基準協会 検索

| 講習名  | 講習日                            | 受付期間                | 受講料テキスト代(消費税込) | 科目免除者又は受講資格  |
|------|--------------------------------|---------------------|----------------|--|
| 技能講習 | [普通自動車運転免許証写し必要]<br>フォークリフト運転  | 【全科目者】<br>12/2~12/6 | 11/5~11/8      | 【全科目者】<br>会員 31,450円<br>一般 32,450円                       |
|      |                                |                     |                | 【科目免除者】<br>会員 20,450円<br>一般 21,450円                      |
|      | 玉掛け                            | 12/9~12/11          | 11/11~11/15    | 【全科目者】<br>会員 22,440円<br>一般 23,440円                       |
|      |                                |                     |                | 【科目免除者】<br>会員 20,240円<br>一般 21,240円                      |
|      | 酸素欠乏・硫化水素危険作業主任者               | 12/11~12/13         | 11/11~11/15    | 会員 18,800円<br>一般 19,800円                                 |
|      | 小型移動式クレーン運転                    | 12/16~12/18         | 11/18~11/22    | 【全科目者】<br>会員 28,940円<br>一般 29,940円                       |
|      |                                |                     |                | 【科目免除者】<br>会員 26,740円<br>一般 27,740円                      |
|      | ガス溶接                           | 12/23~12/24         | 11/18~11/22    | 会員 9,180円<br>一般 9,680円                                   |
|      | [普通自動車運転免許証写し必要]<br>フォークリフト運転  | 【全科目者】<br>1/6~1/10  | 11/25~11/29    | 【全科目者】<br>会員 31,450円<br>一般 32,450円                       |
|      |                                |                     |                | 【科目免除者】<br>会員 20,450円<br>一般 21,450円                      |
| 教習   | 床上操作式クレーン運転                    | 1/6~1/8             | 11/25~11/29    | 【全科目者】<br>会員 29,280円<br>一般 30,280円                       |
|      | [普通自動車運転免許証写し必要]<br>高所作業車運転    | 1/14~1/15           | 12/2~12/6      | 【科目免除者】<br>会員 27,080円<br>一般 28,080円                      |
|      |                                |                     |                | 【全科目者】<br>会員 31,240円<br>一般 32,240円                       |
|      | 不整地運搬車運転                       | 1/14~1/15           | 12/2~12/6      | 【科目免除者】<br>会員 30,140円<br>一般 31,140円                      |
| 特別教育 | 移動式クレーン運転実技教習<br>(5t以上) [実技免除] | 12/9~12/14          | 11/11~11/15    | 【全科目者】<br>会員 92,565円<br>一般 91,565円<br>【学科免除者】<br>81,400円 |
|      | クレーン運転                         | 12/2~12/3           | 11/5~11/8      | 会員 17,080円<br>一般 20,380円                                 |
|      | 低圧電気取扱                         | 12/16~12/17         | 11/18~11/22    | 会員 16,115円<br>一般 19,415円                                 |
|      | フルハーネス型<br>墜落制止用器具             | 12/18               | 11/18~11/22    | 会員 10,680円<br>一般 11,780円                                 |
| その他  | ローラー運転                         | 12/23~12/24         | 11/18~11/22    | 会員 17,100円<br>一般 20,400円                                 |
|      | 職長その他現場監督者                     | 12/19~12/20         | 11/18~11/22    | 会員 12,980円<br>一般 16,280円                                 |
|      | 衛生推進者                          | 12/20               | 11/18~11/22    | 会員 8,300円<br>一般 8,800円                                   |

## 徳之島地区での講習会のお知らせ

大島支部での受付になりますので、直接お問い合わせください。  
TEL0997-53-5487 FAX0997-53-6270

| 講習名            | 講習日         | 受付期間    | 受講料テキスト代(消費税込)           | 科目免除者又は受講資格 |
|----------------|-------------|---------|--------------------------|-------------|
| アーク溶接等の業務の特別教育 | 12/16~12/18 | 11/15まで | 会員 18,700円<br>一般 22,000円 |             |

（備考）1 申込者多数の場合、受付期間内でも締め切り又は、講習科目によっては日程を延長し実施する場合があります。  
2 詳細につきましては、ホームページをご覧いただぐか、案内書をお取り寄せください。