

Rotary International 2018-19 会長 バリー・ラシン [バハマ]	国際ロータリー第2670地区 ガバナー 桑原 征一 [新居浜RC]
テーマ ROTARY: BE THE INSPIRATION インスピレーションになろう	丸亀東ロータリークラブ <第44年度> 会長 稲毛 謙二 幹事 氏家 正俊

2019年5月28日 (火)

2018~2019年度 第44年度 第43回 通算第2130回例会

【会長報告】 ◆ 特になし

【幹事報告】

- ◆ 前々回、例会終了後、5月理事会を行ないました。
 - ① 5月・6月・7月プログラムの件 …… 承認
 - ② 6月25日(火)納会 & 岡山後楽園RCとの親睦夜間例会の件 …… 承認
- ◆ 本日例会終了後、2018-2019年度、2019-2020年度臨時理事会を行ないますので、今年度、次年度の役員・理事の方は出席をお願いします。



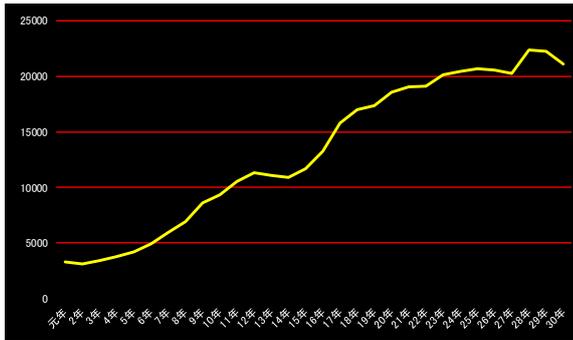
【プログラム】 ♥ 会員卓話 (西紋 孝一 会員)

『職場のメンタルヘルス』～大人の発達障害に注目して～

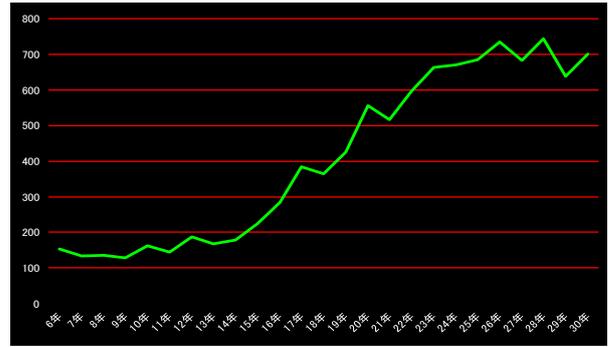
はじめに <ul style="list-style-type: none"> ・ 平成から令和と時代が変わり、この平成30年を振り返り、昭和の良き時代に生まれ育った我々にとっては、世界で、日本で信じられないような様々なことが起こった。平成の時代を一つの言葉で表すと「崩壊」という言葉が思いつく。しかし、我が国日本はそこで終わるのではなく、多くの人々が協力及び助け合いながら再生・復旧・復興をはかり今まで以上の結果(隆盛)をだした時代といえる。 ・ その一方で、IT化、デジタル化、マニュアル化された社会の中で生まれ育った平成時代の若者(大人)は、「ゆとり世代」といわれてはいるが、時間的にも精神的にも余裕のない生活状況で他人との関わりのないまま(マイペース、いわゆるコミュニケーション能力を必要としないまま)、社会で生活(仕事)をしている。 ・ しかし、瞬時に様々な情報が入り、それを的確に把握・判断し、実行していくには、人と人との情報の共有・コミュニケーションを必要とする。
そこで、問題は <ul style="list-style-type: none"> ・ 最近、マイペース、自己中心的、協調性に欠ける、空気を読めない(一時期、KY人間と言われたこともあった)若者(大人)が目立つようになったと思う。 ・ 高学歴で将来は管理職へと期待していた職員や難関の資格試験を突破し希望した職種・会社に勤めていた職員が、短期間で辞めてしまう若者(大人)がいる。 ・ 彼らは、もしかすると大人の発達障害なのかもしれない。
西紋病院外来部門 <ul style="list-style-type: none"> ① 外来診療 <ul style="list-style-type: none"> ◎ 平成30年度の延外来患者数は <ul style="list-style-type: none"> * 延外来患者数21,121名、1日平均72.3名 292日 平成29年度22,242名(7.57名)、平成28年度22,329名(75.9名) * 新外来患者数702名(精神科686名) 平成29年度677名(639名)、平成28年度794名(744名) ◎ 外来患者の疾患別においては感情障害・神経症性障害の者が多い。 <ul style="list-style-type: none"> * 特に精神科新外来患者において精神科患者の約7割が感情障害(約3割)・神経症性障害(約4割)

四つのテスト	1. 真実かどうか	3. 好意と友情を深めるか
言行はこれに照らしてから	2. みんなに公平か	4. みんなのためになるかどうか

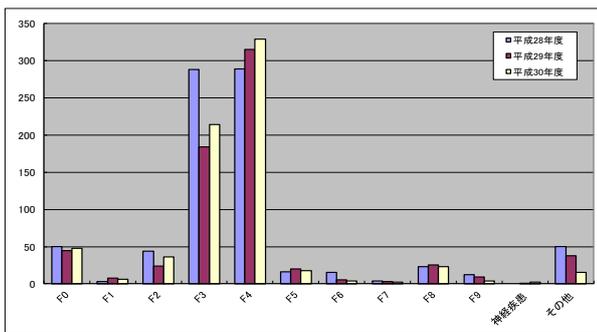
年間延外来患者数



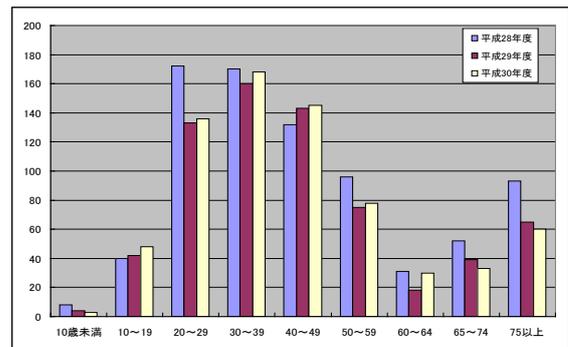
年間新外来患者数(精神科)



平成30年度カテゴリ別グラフ



平成30年度年令別グラフ



3種の発達障害は重なり合う



ADHD(注意欠如・多動性障害)

- ・ 3つの特徴
 - 不注意
 - ・ 集中力が続かず注意力散漫
 - 多動性
 - ・ 落ち着きがなく行動をコントロールできない
 - 衝動性
 - ・ 衝動的な感情を抑えられない

具体的な症状

- ・ ケアレスミスが多い
- ・ 気が散りやすく、物事に集中することが苦手。
- ・ やりたいことや好きなことに対して積極的に取り組めるが、集中しすぎてしまう。
- ・ 物をどこかに置き忘れたり、物をなくしたりすることが頻繁にある。
- ・ 片付けや整理整頓が苦手。
- ・ 約束や時間を守れない。
- ・ 物事の優先順位が分からない。
- ・ 落ち着いてじっと座っていることが苦手。
- ・ 衝動的に不適切な発言や行動をする。
- ・ 忘れ物や物をなくすことが多く、じっとしていられず落ち着きがない。
- ・ ルールを守ることが苦手で順番を守らない、大声を出すなど衝動的に行動をすることがある。

職場での問題

- ・ 人間関係やコミュニケーション
 - 1:1のやり取りは問題はない

四つのテスト

言行はこれに照らしてから

1. 真実かどうか

2. みんなに公平か

3. 好意と友情を深めるか

4. みんなのためになるかどうか

- 同時並行処理が苦手なため多数が参加する会議の場面で各人の発言を理解して臨機応変な受け答えが困難
 - ・ 司会進行等で仕切るとは困難
- 静かな落ち着いた職場環境では問題はないが人の出入りが多く、人の声や機械の音等でうるさく、落ち着かない職場環境では必要な情報を取捨選択して聞き取ることが困難

- ・ 業務遂行上の課題
 - 周囲や役割が明確に指示された業務をこなすことは問題ない
 - ・ 単独で行う専門業務は大きな問題はない
 - 将来を予測して計画を立てたり複数の部下に指示を与えて多数が参加するチームでの複雑な業務は困難
 - 不注意事例では、会議で資料を取り忘れしたり、或いは多く取ったり、重要な書類をなくしたり、片付けが苦手
- ・ 安全管理と健康管理
 - 衝動的行為のため、日常的にケガや事故に遭うことが多い
 - 不器用なため器具をうまく使えず、壊したり、ケガしたり、機器の破損等の安全管理上の問題
 - 職場での人間関係や業務遂行での困難さがストレスとなり、身体的不調や不眠やうつ状態となり、欠勤・休職等の健康管理上の問題
 - 適応障害やうつ病等の背景にADHDが存在？

職場におけるADHDの理解

- ・ ADHDの正しい理解(過剰な判断・反応に注意)
- ・ 普段からの従業員と職場環境を把握しておく
- ・ 通勤途上、入社前の情報、家庭内を含めて業務以外の個人生活での問題(個人情報の問題があり、把握するのは困難)
- ・ ADHDと気づく機会
 - 入社直後から業務や職場環境についていけず就業困難となる
 - 複雑で同時進行業務を求められる、部下を持ち管理業務に就く、明確でない指示をする上司の下での業務等の職場環境の変化の際に就業困難となる

専門家への受診と判断

- ・ 問題社員(或いは問題がありそう)だからと安易な受診勧奨は慎重に
- ・ 過剰診断及び告知は慎重に
- ・ 複数の場面での情報の確認が大切だが、慎重に
 - 不注意、多動・衝動性の問題が職場、家庭、通勤途上、入社以前の情報
 - 診断基準上、12歳以前から現在まで特性が継続していることを確認(発達歴の聴取)

職場での支援

- ・ 期限(いつまで)、範囲(どこまで)、場所(どこに)を明確に伝える
- ・ 優先順位を明確にして、大切なことから一つずつ行う
- ・ 同時に二つのことを求めない、一つずつ確実に
- ・ 重要な情報は言葉で伝えるだけでなく、箇条書きのメモやメール等視覚化し、記載
- ・ 重要度のランク付けやスケジュール管理に役立つ道具(チェックリスト、スマホのスケジュール管理機能等)を利用
- ・ 個人の特性(記憶力、発想力等の秀でた人)を活かした職場、職種で自分のペースで仕事。しかし、昇進や部下を育てるのは困難

おわりに

- ・ 平成から令和へと元号が変わっても、4月から新しい年度が始まり、丁度今の時期(5月から6月頃)は、精神的・身体的に異変が起こりやすい時期である。以前は「五月病」や「怠け者しれない。
- ・ 職場でのADHDの理解と対応は発展途上である。
- ・ 現状では、即座に支援及び配慮は難しいかもしれないが、できるところからやっていくことが大切ではないかと思う。

四つのテスト

言行はこれに照らしてから

1. 真実かどうか

2. みんなに公平か

3. 好意と友情を深めるか

4. みんなのためになるかどうか

【本日のニコニコ】

- ♣ 本日、会員卓話を無事終えて : 西紋 孝一 さん
- ♣ 西紋さんの会員卓話を拝聴して。ありがとうございました。 : 稲毛 謙二 会長
- ♣ 西紋さんの会員卓話を拝聴して。ありがとうございました。 : 氏家 正俊 幹事
- ♣ なんとなく : 森 英司 さん

【来訪ロータリアン】【メイクアップ】 (なし)

【出席報告】

第2130回例会

<5月28日(火)現在>

会員総数	出席免除会員数	出席計算会員数	出席会員数	欠席会員数	出席率
40名	3名	37名	30名	7名	81.08%

第2128回例会

<5月14日(火)例会分>

会員総数	出席免除会員数	出席計算会員数	出席会員数	欠席会員数	出席率
40名	3名	37名	31名	6名	83.78%

【6月 4日(火)の例会】 新旧委員会引継ぎ例会

【6月11日(火)の例会】 役員委員長年度報告

【6月18日(火)の例会変更】 → 6月30日(日)午前8時～約1時間

第27回リフレッシュ瀬戸内(港湾清掃)に参加(社会奉仕委員会)

【みなと公園内自由広場北側集合】

ロータリーの目的は、意義ある事業の基礎として奉仕の理念を奨励し、これを育むことにある。具体的には、次の各項を奨励することにある。

- 第1 知り合いを広めることによって奉仕の機会とすること。
- 第2 職業上の高い倫理基準を保ち、役立つ仕事はすべて価値あるものと認識し、社会に奉仕する機会としてロータリアン各自の職業を高潔なものにすること。
- 第3 ロータリアン一人一人が、個人として、また事業および社会生活において、日々、奉仕の理念を実践すること。
- 第4 奉仕の理念で結ばれた職業人が、世界的ネットワークを通じて、国際理解、親善、平和を推進すること。

付記：「ロータリーの目的」の4つの項目は、等しく重要な意味を持ち、また同時に行動を起こさなければならないものであるということで、RI 理事会の意見が一致している。

MARUGAME EAST ROTARY CLUB

例会場

オークラホテル丸亀 ☎23-2222
〒763-0011 丸亀市富士見町3-3-50

事務所 オークラホテル丸亀430号室
例会日 毎週火曜日 PM12:30～PM1:30

TEL : 0877-21-6611 FAX : 0877-21-6655
URL : <http://www.marugame-east-rc.com>
E-Mail : merc@soleil.ocn.ne.jp