

人間が健康に生きて行く為に 110

(ロコモ)

ことば=ロコモティブシンドローム(運動器症候群)

筋肉や骨、関節関節や軟骨、椎間板など運動機能の障害によって、「立つ」「歩く」といった機能低下している状態。

「寝たきり」や「要介護」の大きな原因のひとつとなっている。

《要支援・要介護になった原因》

運動機能の障害・・・	25%
脳血管疾患・・・・・・	19%
認知症・・・・・・・・・	16%
高齢による衰弱・・・・・・	13%
その他・・・・・・・・・	27%

{平成25年校正労働省国民生活基礎調査より}

毎日ラジオ体操をつづけるだけでも足腰、筋肉や骨が弱くなるのを防ぎ、**ロコモ予防=『健康寿命の増加』につながる。**

今より10分体を多く動かすだけで健康寿命が伸びる

仕事の休み時間に体を動かす。

TVを見ながらコロトレやストレッチ。

近所の公園や運動施設を利用する。

休日には家族や友人と外出を楽しむ。

歩幅を広くして、早く歩く。

自転車や徒歩で通勤する。

掃除や洗濯はキビキビと家事の合間にストレッチ。

エスカレーターやエレベーターではなく階段を使う。

参考 厚生労働省

東京電力福島第1原発で、放射性物質のトリチウムを含む処理水が増え続けている。2年ほどで貯蔵タンクの設定場所がなくなるという。トリチウムは弱い放射線を出す原子力規制委員会や科学者らは健康への影響を含め海洋放出に問題はない立場だ。有識者会議では13年から2年半を費やし、大気中に蒸発させたり地中に埋めたりするなどのトリチウム水の処理法を議論。技術やコスト面から海洋放出が最も合理的との趣旨の報告

原発ゼロ

書をまとめた。だが風評被害を懸念する地元漁業者を中心に反発は強く、政府は結論を先送りしてきた。海への放出が有力な処分方法とされているが、国民の理解が得られているとは言い難い。政府や東電は丁寧な議論を重ね、広く受け入れられる合意の形成に努めるべきだ。福島第1原発では、事故で溶けた炉心への注水と地下水の流入で汚染水が発生している。放射性物質の大半は浄化装置で除去できるが、水の一部として存在するトリチウム(三重水素)だけは除けな

い。現在は約680基のタンクに90万トン超の処理水が保管されている。保管を続けたままでは、今後の廃炉作業にも影響するのは確かだ。経済産業省の専門家部会は2年前に、水蒸気化や地下への注入など五つの処分案を検討し、薄めて海に流す方法が最も短期間かつ低コストになるとの試算をまとめている。トリチウムが出す放射線はエネルギーが弱く、人体への影響は少ないとされる。通常の原発の運転でも日常的に発生しており、基準値以下に薄めて海に放出している。だが、経産省の有識者小委員会が先月、国民の意見を聞こうと福島県内と東京都内の計3カ所で開いた公聴会では、反対意見が相次いだ。

福島県の漁業関係者は試験操業を続け、魚の安全を確認してきた。放出による風評被害を懸念するのは当然だ。トリチウムの健康影響が過小評価されている、との指摘もあった。処理水からヨウ素129など他の放射性物質が基準値を超えて検出されたケースがあったことが事前に報道されたことで、「議論の前提が崩れた」との批判も出された。

東電はデータをホームページに掲載していたが、探しくいいうえに、公聴会の配布資料には基準値超えの記載自体がなかった。政府や東電は都合のよい結果しか示さない。公聴会では、

設備で処理した後、敷地のタンクにため続けている。処理水は事故後7年間で100万トンを超えた。2020年末には用地が限界に近づくともみられており、「年度内」(原子力規制委員会)の更田委員長)に処分方法を決める必要があるとみられている。敷地の制約から廃炉作業に影響が出るとの指摘もあり、会合では委員から「しっかりと廃炉を進めるためにも、処分の道筋を早く決めるべきだ」との意見も出た。



建交労鉄道

岩手地本

2018年10月18日
NO 110号

発行責任者
須藤清成

- 2018年年末一時金の支払日は、支払日における基準内賃金の4箇月分とする。
- 賃金規程第132条第2項(増額)の適用に当たっては、所属組合による意図的な査定を行わず、公正・公平に行なうと共に、
- 55歳到達以降の社員に対する支給については、55歳到達時の基準内賃金に支給月数を乗じたものとする。
- 支払日は、12月7日(減額)は適用しない。



2018年、年末一時金の支払いに関する申し入れ

当初あった、滞在スティージの基本給の上限はなくなり、一応60歳まで昇級することになりましたが、一定の基準額に達した場合は、昇給額は60%になるので、より上のスティージを目指さないとなりません。また、昇給額は5段階の評価により格差がある。さらに、家族手当(現、扶養手当)を基準内賃金から除外し、助役などの管理者などの手当を基準内にするなど、受け入れられない事項もあります。提案資料を見て、要求を提出して下さい。

JR貨物は28日、「人事制度改正」の提案
評価制度自体、JR貨物職場職種にそぐわない制度であり、今後申し入れをていきます。

盛岡市議会6月議会「中学校給食の格差是正を求める決議」が全会一意で可決



運動を進めるにあたり現状を把握することが必要だとのいけんも出されました。

会では、市教委が進めている中学校給食に関するアンケートの出身や会議であった決議等の詳細等についても今後明らかにしながら運動を具体化していきます。

(盛岡市の学校給食をよくする会にニュース)

今がチャンス 活動開始を
9月26日 よくする会第10回世話人会
9月26日に盛岡市の学校給食を良くする世話人会が2015年以来およそ3年ぶりに開催されました。

世話人会では、この間の盛岡市当局の動きや市議会の動き等について情報交換し、次回世話人会までに運動の方向性を明らかにしていくことを確認しました。

なお、会の体制についても確認し、これまでどおり比屋根会長、下田副会長を主な役員とし、事務局については盛岡市職労が担っていくことを確認しました。

意見交換の中では、中学校給食におけるランチボックス方式の拡大計画が、破綻した状況等を受け、「盛岡市は立ち止まって考えなおすべき」「議会が完全給食の実施にむけている今がチャンス。来年の市長選や市議会選もあり、公約を守るように候補者に訴えていくことが必要ではないか」等の意見が出されました。又、医療分野における給食の在り方や地産地消の在り方についても話がありました。

全国鉄道本部第21回定期大会を開催

地方在来線存続には「国鉄改革」路線見直しが必要
次の災害に備え、鉄道ネットワーク確保は国の責任

全国鉄道本部は9月15・16の両日、東京都内で第21回定期大会を開催しました。大会論議を通じ「3本のたたかう柱」第1に鉄道本部の組織強化・拡大をめざす、第2に職場・地域での要求闘争の推進、第3に国民的課題での共同・野党共闘の推進、にもとづく運動方針を確認しました。

挨拶をした相木伸之鉄道本部委員長は挨拶の冒頭、台風、地震などによる各地の被災者にお見舞いを述べながら、「JR発足以来、7社（6旅客会社、貨物会社）の格差が拡大しており、「光と影」がより鮮明になっていく。完全民営化をめざす『国鉄改革法』に縛られ、大規模な路線廃止も労働者犠牲もくい止めることができない。問われているのは、地域社会に不可欠な公共交通を、次の災害に備えて、大量物資輸送が可能な鉄道ネットワークを、国の責任で存続させるか否かである」としました。また、「JR各社で事故やインシデ

ントが後を絶たず、団体交渉や国に対する規制強化などとりくみを強める」ことを呼びかけました。田季代子委員長が挨拶しました。

最後に「安倍9条改憲NO！3000万人署（鉄道本部ニュースより）」

憲法・いのち・社会保障まもる
10・11国民集会

社会保障の拡充や医師・看護師、介護職員などの大幅増員、憲法改悪阻止など求めて「憲法・いのち・社会保障まもる国民集会」が11日、東京・日比谷野外音楽堂で開かれました。全国保険医団体連合会、日本医療労働組合連合会、全日本民主医療機関連合会など10団体でつくる実行委員会の主催。この集会は、年に一度行われ全国から3700人が集まりました。

いのちをまもる
リレートークでの被災地福島県医労連はから、東日本大震災以降、県内の高齢者の要介護度が高

ちで労働者の待遇改善につながる対策をとり、人材不足の解消を」と求めました。
医師の働き方から、「口は病気や元気などの



いのちをまもる



岩手からの参加者

鉄道東日本本部第20回定期大会

鉄道東日本本部第20回定期大会が9月30日、建交労本部会議室で開催され、代議員・傍聴者ら24名が出席し、憲法を職場に活かした要求闘争の強化と組織建設の前進に向けた運動方針を確立しました。

冒頭挨拶に立った三浦正雅委員長は、政治生命をかけて憲法9条改悪を進める安倍自公政権を批判し、「目的をしっかりと



三浦正雅委員長

た。「働き方改革」の本質が明らかになっていく。企業によって使われる労働者の退者を出したこの原因は、何より

執行委員長
三浦正雅挨拶

JR東日本会社の多数が組合の必要性を求めなくなったことから、必ず仲間を蹴落とす風土が吹き荒れ、

た。「働き方改革」の本質が明らかになっていく。企業によって使われる労働者の退者を出したこの原因は、何より

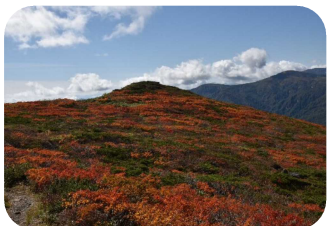
と指摘しました。
【大会で出されたおもな発言】

●宮城地本
の大江代議員

「職場の85%の

●東京相馬代議員

「来年3月から秋葉原駅が委託される」、「60名を超える社員が出向する」と、運転取扱い駅ではないが1日の乗降客が



建交労鉄道岩手地方本部第20回定期大会

日時 11月13日 15時

場所 八幡平ハイツ会議室

及川和夫さん退職祝＆OB会合同懇親会

会費

12,000 (組合員補助あり)
大会参加者はマリオス前13時40分集合

入り口です。けれど、診療報酬は20年来低く抑えられている」と話したの、大阪府歯科保険医協会の戸井逸美副理事長です。歯科が医療費全体の7%弱しか占めていないとして、「歯科治療の多くは医療保険適用でできるけれど、窓口負担が3割と高い。窓口負担を見直すなどして歯科にかかりやすくすることが求められます」と語りました。

銀座パレード先導者はラップの若者
集会後、参加者は「軍費を削って社会保障に回せ」などシュプレヒコールを上げました。

施行部のまとめ

宮城のストライキの最大の教訓は組合員の団結が深まったこと。組合員が率先してアンケートを