

【社会保険労務士法人 大槻経営労務管理事務所】

配信登録をいただきまして、誠にありがとうございます。

大槻事務所のメールマガジンをお送りいたします。

2012年2月号

*.☆

【目次】

▼ご存じですか？ 2012 法改正

▼不定期連載 産業医 福本正勝のストレス注意報

(社会保険労務士法人 大槻経営労務管理事務所 アドバイザー)

▼大槻事務所だより 2月号

▼ご存じですか？ 2012 法改正

労働社会保険法関連の法改正情報をご案内いたします！

2012年1月

国民年金及び企業年金等による高齢期における所得の確保を支援するための国民年金法等の一部を改正する法律

・確定拠出年金における企業型年金の従業員拠出（マッチング拠出）が可能に。

(年金確保支援法で成立→政令により1月施行)

http://www.nenkin.go.jp/new/topics/kokunen_230905.html

労働者災害補償保険法

・労災保険法施行規則改正→特別加入の一人親方等の補償範囲拡大（震災復興事業も対象に）。

<http://www.hourei.mhlw.go.jp/hourei/doc/tsuchi/T120116K0010.pdf>

2012年3月

・ブラジル、スイスとの社会保障協定発効。

<http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/2r9852000001x02z.html>

<http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/2r9852000001y0ev.html>

労働者災害補償保険法

・特別加入者給付基礎日額変更の申請時期が変更。平成24年分について、前年度（3月～）申請可能に。

<http://www.otuki.org/pdf/tokubetsukyufu.pdf>

2012年4月

健康保険法

- ・健康保険法施行令等の改正→高額療養費について、入院だけでなく外来療養も現物給付化。

<http://www.hourei.mhlw.go.jp/hourei/doc/tsuchi/T111024S0010.pdf>

- ・健康保険 70 歳以上の療養の給付の負担割合は本来 2 割のところ、平成 24 年 3 月 31 日まで特例で 1 割負担。平成 24 年度も 1 割負担となる見通し。

<http://www.cas.go.jp/jp/seisaku/syakaihosyou/5daijin/231220/siryou1.pdf>

労働保険の保険料の徴収等に関する法律

- ・労災保険率の改定、メリット制適用対象の拡大（改正省令施行予定）。

<http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/2r9852000001y630.html>

- ・雇用保険率改定 一般 15.5/1000→13.5/1000、農林水産 17.5→15.5、建設 18.5→16.5

<http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/2r98520000020wyu.html>

2012 年 7 月

育児介護休業法

- ・育児介護休業法において従業員 100 人以下の経過措置が終了。介護休暇、短時間勤務、所定外労働の制限が義務化。

http://www.mhlw.go.jp/bunya/koyoukintou/pamphlet/pdf/ikuji_h23_9.pdf

▼不定期連載 産業医 福本正勝のストレス注意報

ストレスマネジメント

マスコミでもよく取り上げられますが、メンタル不調者の増加が社会問題となっています。皆様の会社でも、過去にうつ病に罹患した社員や、現在休職中の社員がいらっしゃるかと思います。

「事業者における労働者の心の健康づくりのための指針」（参考；<http://www.mhlw.go.jp/bunya/roudoukijun/anzeneisei12/index.html>）にあるように、4つのケアを企業は意識することが求められています。まず、最初のステップは2つ、「セルフケア」と「ラインケア」です。その中で社員が自分自身で心掛けることをまとめてみたいと思います。

まず、ストレスという言葉をよく使います。ストレスは生きていること、いわばすべてがストレスと言っても過言ではありません。緊張感の全くない人生は面白いものではなく、また意欲も低下していくと思います。適度なストレスの下、生活ができれば良いのですが、なかなかそうはいきません。また、受け止め方にも個人差が大きく影響します。

「疲れたな～」という時に、5つの注意点を頭の片隅に入れていただければと思います。

まず第一は、日常生活リズムの健全化です。起床、就寝時間の見直し、食事を三食しっかりと、休日はしっかり休む、、などです。日常生活の乱れは睡眠障害などに結びつきます。

次に大事なことは、自分の時間を持つということです。休日は何をされていますか。家族と一緒に、、などの答えが多いのですが、自分だけの時間、つまり自分がコントロールできる時間はありますか。この自分の時間を少しでも持つことが大切です。趣味のある方は自分の時間を創造することが上手です。趣味に限らず、自分だけの時間、好きな映画をレンタルして鑑賞するなど良いと思います。

3つ目は、同僚、家族の意見を聞くことです。心身の状況、体調などは意外に自分で自覚できないことがあります。家族や同僚からの話に耳を傾けてください。いつもと「違う」様子に気付いてくれる大切な人達です。

4つ目は、適度な運動です。いわゆるメタボ対策でもありますが、適度な運動はストレス解消法としても大切です。

最後、5つ目は飲酒を控えることです。肝機能に異常を指摘されている方はもとより、飲酒量が多くなることは良いことではありません。特に睡眠薬代わりに寝酒をすることは絶対に禁止です。少し、寝つきが良くなる印象がありますが、実際には睡眠が浅い状態となり、結果睡眠不足の感覚が残ります。さらに飲酒量を増やしていくことになり、アルコール依存症につながっていきます。やはり適度な量を心掛けましょう。

社会保険労務士法人 大槻経営労務管理事務所 アドバイザー
労働衛生コンサルタント 福本正勝

▼大槻事務所だより

2月号は 助成金 の特集です！

http://www.otuki.org/magazine/magazine_vol35.pdf

◆メールマガジンの停止または配信先の変更は下記のURLにてお手続きをお願いいたします。

<http://www.otuki.org/index.php?act=mailmaga>

□■□■□■□■□■□■□■□■□■□■□■□■□■□■□■

◆編集後記

1年で最も寒い時期「大寒」を迎えました。「大寒」は寒気を利用して味噌や酒を仕込む時期でもあるようです。大槻事務所では毎年この時期に指導職を集めて研修を行っています。今年のテーマは「労働組合」。事務所の「味」を加えて仕込まれる研修が今から楽しみです。

「大寒」も 15日すぎますと寒が明けまして、「立春」の季節がやってまいります。このメルマガが皆様のお手元に届く頃には、春の足音が聞こえてきてますでしょうか。

まだまだ寒い日が続きますが、どうぞお体にお気をつけください。

編集・発行： 社会保険労務士法人 大槻経営労務管理事務所 加藤 悦子

問い合わせ： info@otuki.org

Webサイト： <http://www.otuki.org/>