

ねりまユニオン

編集発行：練馬ユニオン編集委員会
連絡先：練馬区 練馬1-16-16-101
サポートねりま内
TEL 03-3994-2088
E-mail : support@nerimaunion.org
HP : www.nerimaunion.or/

練馬全労協第29回大会開かる

2023年9月19日（火）練馬区立勤労福祉会館集会室において練馬全労協第29回定期大会が開催されました。

大会は眞下事務局長の司会で始まり、大会議長に練馬地域ユニオンの高井代議員を選出し議事が進められました。開催にあたり奥山副議長から、

本来7月の開催予定でしたが役員の人事異動や退職などで新体制の決定が遅れ、本日の開催となりご迷惑をおかけしました。政治情勢は岸田首相の戦争する国造りが進み、軍備費拡大、安保3文書などを閣議決定し国会を無視した独断政治が強まり平和と民主主義が崩されています。それには労働組合が弱くなったのが一つの原因でもあります。大会では各労働組合の職場活動報告で有意義な大会になるよう皆様のご協力をお願い致しますと挨拶されました。

来賓挨拶は東京全労協大森議長より政治の反动化、増税、物価高、最低賃金についての訴えがありました。北部労協小泉議長は資本主義の矛盾と最低賃金底上げの宣伝活動など北部地域の労働者として闘いに邁進してまいりましょうと話されました。練馬労連岸田議長は労働組合の組織拡大が緊急の課題です。練馬全労協と連帯して闘っていきたい、平和運動も引き続き連帯していきますと話されました。



奥山議長

特別報告としてJAL争議団宝地戸さんより解雇争議は13年目の闘いになっている、今後の取り組みは外からの大きな支援の輪が必要です。12月22日JAL本社大包围行動への取組み要請がありました。議事は眞下事務局長の経過報告から始まり決算予算、会計監査報告、各単組報告と続き、職場の闘いの報告からは地域労働運動の共有ができました。議事は滞りなく進み、次期役員体制は、奥山信義議長（N関労）、加藤洋雄副議長（練馬清掃労組）、加藤剛副議長（東水労）、鈴木安友事務局長（練馬地域ユニオン）が選出されました。最後に奥山新議長の「許せない怒りを要求に変えて」組織拡大に向けて団結ガンバロウで成功裏に終了しました。

（Y. S）

★パワーハラスメントと嫌がらせの労働相談

◎相談内容

民間職場で働く組合員から職場の上司・同僚から「パワーハラスメント」「嫌がらせ」を受けている、他の同僚も「パワーハラスメント」でいやな思いをしながら働いている。怒鳴られて退職した仲間もいた。

いやな雰囲気働きづらいので何とかならないかと話し合ってきたが、実害のある嫌がらせをうけ、上司に相談しても聞き流されるだけで職場の雰囲気は改善されることがありませんでした。

問題解決には練馬地域ユニオンに相談しようと思われました。

◎団体交渉の申し入れと解決について

早速会社に団体交渉を申し入れし3回の交渉を行ってきました。

団体交渉での「パワーハラスメント」「嫌がらせ」の職場状況説明は当該組合員の説得力ある報告で事実認識では会社の反論はありませんでした。

組合は会社の安全配慮義務違反を迫り会社の改善策を約束させ、職場に会社の「謝罪文」と「安心して働くことのできる職場づくりについて」の文書を掲示させました。その後、人事の異動もあり、第3回団体交渉では当該組合員から「パワーハラスメント」「嫌がらせ」もなくなり、和やかな職場になり皆さん喜んでいきますとの報告があり会社も改善策を検討すると約束して団体交渉を終了いたしました。

足がふる・はざら返らぬは

脱水や体が冷え、足がふる、いわゆる「こむら返り」の経験は誰もあるかと思えます。この「ふる」とは、筋肉の伸び縮みのバランスが崩れてしまうことで、異常な収縮が起きて元に戻らない状態をいいます。こむら返りで痛い思いをしないためにも、今回は足がふる原因と予防策についてご紹介していきます。

足がふる原因は、主に運動中や寝ている時に汗をかくことで体内の水分・電解質が不足する事や、加齢などによる筋力・柔軟性の低下、長時間エアコンにあたり続けることで体が冷え、足の血流が悪くなることなど、いくつかの悪条件が重なることで起きると言われています。

予防策としては、こまめに水分補給を行う、運動の際であればスポーツドリンクなどで水分だけでなくミネラルもしっかり補給したり、寝る前であればコップ一杯の水またはスポーツドリンクを薄めて飲んだりすると良いでしょう。また、足の血行促進のため、ふくらはぎや太もも裏の筋力トレーニングやストレッチを行うことで、こむら返りの頻度を減らしたり、痛みの軽減につながったりします。具体的なトレーニング方法としては、立った状態または座ったまま、かかとを上げ下げする事でふくらはぎの筋肉を鍛える事ができます。また、ストレッチでは、壁に手をつき足を前後に開き、前足を曲げながら後ろ足のふくらはぎを伸ばしていきます。この時にかかとが浮かないよう注意すること、反動をつけずにゆっくり伸ばすことがポイントになります。つってしまった場合にもストレッチは有効ですので、体の力を抜き、ゆっくり痙攣している箇所を伸ばしてあげましょう。

日頃の運動は大切ですが、身体の変化を実感するまでには時間がかかります。そこで、今できる対策として、足を冷やさないよう靴下や長ズボンを履いたり、こまめに水分補給をしたりすることで、こむら返りの頻度を軽減させることができます。簡単なストレッチなどから習慣化させ、筋肉のコンディションを高め、つりにくい体づくりを目指していきましょう。



特定非営利活動法人 ヘルスブランニング

齊藤明男さんを偲ぶ

練馬地域ユニオン運動の確立と牽引に感謝

練馬地域ユニオン運動を執行委員長、書記長として永年にわたり担ってこられた齊藤明男さんの悲報に接し無念の思いが湧いてきました。

練馬地域ユニオン運動の一線から身を引いて、障害者事業所の就労支援活動にご尽力されていましたが、肺を患い体力的な気づかいから夜間帯の行動は控えておられました。昼間帯の労働者の集会等の行動には元気な姿を見せられ挨拶を交わされていました。日比谷メーデーでは練馬ユニオンの旗を見つけてはご挨拶にこられていましたが、2023年のメーデーにはお見えにならなかったもので心配はしていますが、その後の悲報に驚きました。

齊藤さんの思い出を書くにあたり、練馬ユニオンの資料を整理していたら協定書の多くに齊藤明男の名前があり本当に多くの相談を受け解決にあたられていたことに頭がさがりました。

資料の郵政労働者シルバーユニオン結成10周年「記念誌」へ掲載された齊藤さんの報告を紹介しユニオン運動に対する齊藤さんの決意から人柄を偲びたいと思います。

＜今、地域で、一労働相談の報告＞

「練馬全労協・練馬地域ユニオンは1996年に全労協の地域組織、練馬全労協を母体に結成されました。地域ユニオンの立ち上げの契機は練馬全労協に労働相談が寄せられ争議化し地域労働組合として交渉する必要に迫られました。既存の労働組合は全労協という協議体の加入は承認していましたが、地域ユニオンへの二重加盟を認めていませんでした。

そこで郵政ユニオンとして既存の労働組合から自立していた私が地域ユニオンの役員を担う事になりました。

地域ユニオンは地域の未組織の仲間の労働相談を柱とし、結成直後から相談が寄せられHPの開設で相談件数が年間200件を超えるようになり、



専従役員不在の中で私自身、片手間に相談活動を進めるべきではないとの思いがあり郵便局を退職し地域ユニオン運動に専念することにしました。

「定年前退職」ということへの郵政の仲間たちの非難（というより自分自身のためらい）は正直とても苦しい選択だったのですが、「地域でも職場でも」両輪で活動するのはすでに肉体的にも限界にあり、地域ユニオン活動に足を移動する（主軸を置く）ことにしました。」（抜粋）を拝読し、当時の状況を思うと齊藤さんの決意に感謝しかありません。

お別れ会の席でお連れ合いの方が、亡くなった事後処理の方法までも申し送り書が作成してあってその通りにしていますと伺い、さすがきめ細かい齊藤さんだと感じ入りました。

地域ユニオン運動は齊藤さんが言っていたとおり相談課題は多岐にわたっております。その労働相談にご指導を仰ぐことが出来なくなり残念です。

ご冥福を心からお祈りいたします。

練馬地域ユニオン 鈴木安友