



その言葉、態度、ちょっと待った

# ハラスメント



☑️ あいさつをしない、無視する

☑️ 人の話を最後まで聞かない  
話の腰を折る

☑️ 褒めるより 批判、反論が多い

☑️ 声が大きすぎる

☑️ 人前で中傷・叱責・馬鹿にする 病人扱いする



☑️ 一言に対して必要以上に返す

早口・機関銃のように喋る

☑️ (特に怒り) 感情を前面に出す  
怒鳴る、逆切れ



☑️ 人によって態度を変える  
人格否定、全面否定、過去を持ちだす、皮肉が多い

誰でも被害者になり、加害者にもなりえます

(参考)日本医療労働組合連合会女性協発行 パワハラポスターより

労働施策総合推進法で示す典型的な  
パワーハラスメントの6類型はこちら▶  
(「明るい職場応援団」厚生労働省ホームページより)



## 職場のパワハラとは？

「パワハラ？」って思ったら、  
周囲の方が声掛けを。  
まずは職場の相談窓口へ  
ご相談ください。

- ① 優越的な関係を背景とした言動であって、
  - ② 業務上必要かつ相当な範囲を超えたものにより、
  - ③ 労働者の就業環境が害されるものであり、
- ①から③までの3つの要素を全て満たすものをいいます。

客観的に見て、業務上必要かつ相当な範囲で行われる適正な業務指示や指導については該当しません。(あかるい職場応援団\_厚生労働省ホームページより)

事業主が防止措置を講じなければならないハラスメントは、  
パワーハラスメント、セクシュアルハラスメント、妊娠・出産、  
育児休業・介護休業等ハラスメントがあります。

パワハラは労働者の心の健康悪化はもちろん、職場の労働者の仕事への意欲の低下  
や生産性の低下、業績悪化につながることから職場にとって大きな損失！



ぼくもたまに  
吠えたくなるけれど

### 職場の相談窓口

#### 職場のハラスメントに関連する相談機関

**パワーハラスメント**  
 島根労働局総合労働相談コーナー **0852-20-7009**  
 出雲総合労働相談コーナー **0853-21-1240**  
 浜田総合労働相談コーナー **0855-22-1840**  
**パワーハラスメント以外のハラスメント**  
 島根労働局雇用環境・均等室 **0852-31-1161**

#### メンタルヘルスに関する相談について

働く人の「こころの耳電話相談」 **0120-565-455**  
(フリーダイヤル)

働く人の「こころの耳SNS相談」  
月曜日・火曜日 17:00~22:00 土曜日・日曜日 10:00~16:00  
(祝日、年末年始はのぞく)

まずは、LINEアプリにて右記より



やさしいことばがいいんです  
いわんでね!

