

# 職場に残そう、労働運動！

## 国労千葉地本運輸区統合分会 SOGA 班新聞



ダメなことは、  
ダメと言おうよ

止まらない若年退職  
ここ数年、当区では若い人たちの退職が続いています。多くが、新しい世界（仕事）に自分の可能性を見出したことが退職の主な理由（稀に病気も）ですが、殆どはこの会社に対して、何ら魅力も感じられなくなり、見切りを付けたということだと思います。



# ブラックは続くよ、 どこまでも？！①



つい最近、また一人退  
職がありました。今回は  
何と次のステップも  
何も考えず、いきなり辞  
めるということに衝撃  
を受けました。どうせ辞  
めるなら、半年間とか数  
ヶ月間の休職とかの選  
択も出来たらうにと思  
いますが、もう1日たり  
ともこの会社に在籍し  
ていたくない。そんな  
感情にまで陥ってしま  
ったのでしょうか。

他の若い車掌に話を  
すると「自分も毎月毎月  
の休日出勤ばかりで、本  
業以外の仕事も多く、気  
が滅入る」「会社が何処  
に向かっているのか分  
からず、自分はこの先ど  
うなるんだろうと不安」  
といったごく新しめの

ここまで来たら健康第一④

### 怖い糖尿病・その1

糖尿病の本を知人から借り、そこから抜粋して紹介していこうと思いましたが、抜粋だけでも大変な量になるので、更に抜粋の抜粋で、自分が初めて知った、あるいは気になる箇所のみ記載していこうと思います。

ご存知のように糖尿病はごく初期段階を除いて、ほとんど治らず一生の付き合いとなります。そうならないための対策も今後ここで扱っていく予定です。

糖尿病とは？（基本の基本）・食事（主に糖質）を摂ると誰でも血糖値が上がります。そこですい臓からインスリンというホルモンが分泌されて、血糖を一定の範囲に収める働きをします。ちなみに正常血糖値は空腹時が 110mg/dl 未満、食後だと 140mg/dl 未満だと言われていいます。しかし、運動不足や食べ過ぎ、ストレス、遺伝等が原因でインスリンの作用不足が起こると、血糖値が高い状態が続くこととなります。更にそれが長く続くと、失明、腎不全、心臓病、そして足の切断・・・等々、恐ろしい合併症リスクにつながっていきます。インスリンの作用不足は、すい臓の働きが弱まったり、肝臓や筋肉などの体の組織がインスリンの働きに鈍感になると、分泌に対して効きにくくなるようです。

糖尿病になると、自分で血糖コントロールをしなければなりません。（続く）

権利を保障しろ！  
会社は労働者の  
減とやらで、どうなるか  
分かりません。

# ①

社会的に男性の育児  
休暇制度が推進され、こ  
の会社でも一応はその権  
利を保障しているよう  
です。が、ご存知のよう  
に何処もかしこも、特に  
当区では異常事態とも  
言える要員不足の中で、  
もしかしたらそれを申  
告するの躊躇してい  
る事例もあるのでとは  
思います。会社は、こ  
うした不安の種を払拭すべ  
く、安心して権利が使える  
よう努めるべきです。

身も心もボロボロ、変な  
ことばかりやらされる、  
労働条件も削られ、しか  
も私たちと違って「NO」  
と言えない若者たち  
では、将来展望も見出せ  
ず、悲観的になるのも無  
理はありません。最低限  
の権利保障は、会社の努  
力義務以外ありません。  
労働環境の大改善を！



☆ これを見た若い社員の皆さん、どんな小さなことでも一人で悩まず、おじさんたちに相談して下さい。ドソヨロシク。

