

## ข่าวสารการฝึกปฏิบัติงานด้านเทคนิค

## 技能実習情報

### — การตรวจสุขภาพ —

### — 健康診断 —

ทุกคนที่เดินทางมาประเทศญี่ปุ่น ก็เพื่อรับการฝึกฝนการปฏิบัติงานด้านเทคนิค ตามสัญญาว่าจ้างงานที่มีกับองค์กรที่จัดให้มีการฝึกปฏิบัติงาน และเมื่อเริ่มการฝึกปฏิบัติงานด้านเทคนิค จะได้รับการคุ้มครองตามกฎหมายแรงงานของประเทศญี่ปุ่น โดยมีเป้าหมายเพื่อคุ้มครองผู้ใช้แรงงาน จึงขอให้ผู้ฝึกปฏิบัติงานด้านเทคนิคทุกคนปฏิบัติตามกฎหมายแรงงานของประเทศญี่ปุ่น

ในฉบับนี้ จะขอแนะนำถึงเรื่องของการตรวจสุขภาพสำหรับผู้ใช้แรงงานที่มีกำหนดขึ้นตามกฎหมาย เพื่อความปลอดภัยและอนามัยแรงงาน อันเป็นส่วนหนึ่งของกฎหมายแรงงาน

技能実習で日本に来られた皆さんには、実習実施機関との雇用契約に基づく技能実習が始まったときから、労働者の保護を目的とした日本の労働関係法令が適用されます。技能実習生の皆さんも日本の労働関係法令などを守るようにしてください。

今回は、労働関係法令のひとつである労働安全衛生法で定められている労働者の健康診断について、お知らせします。

<การตรวจสุขภาพสำหรับผู้ฝึกปฏิบัติงานด้านเทคนิค>

ในประเทศญี่ปุ่น การเจ็บป่วยที่เกิดจากความเครียดของการดำรงชีวิตประจำวัน และการเจ็บที่เกี่ยวข้อต่างๆ กำลังแผ่ขยายเป็นวงกว้าง อันสืบเนื่องมาจากผู้ใช้แรงงานที่มีอายุมากขึ้น การออกกำลังกายไม่เพียงพอ รูปแบบการรับประทานอาหารที่ไม่เหมาะสม ความเครียดที่เพิ่มมากขึ้น เป็นต้น การส่งเสริมให้มีการรักษาสุขภาพให้แข็งแรง และการป้องกันการเจ็บป่วย การควบคุมดูแลสุขภาพจึงมีความสำคัญยิ่ง

สำหรับผู้ฝึกปฏิบัติงานด้านเทคนิคที่เดินทางมาประเทศญี่ปุ่น มีความคุ้นเคยและสภาพแวดล้อมในการดำเนินชีวิตประจำวันที่แตกต่างกันออกไป อาจกล่าวได้ว่าการดูแลสุขภาพเป็นเรื่องสำคัญยิ่ง ทั้งนี้ พื้นฐานการดูแลสุขภาพก็คือ การตรวจสุขภาพนั่นเอง ดังนั้น จึงควรรับการตรวจสุขภาพ อย่างถูกต้อง และทำความเข้าใจเกี่ยวกับสภาพร่างกายของตัวเอง เพื่อให้มีสุขภาพดีและแจ่มใสทั้งทางกายและจิตใจ ก่อนอื่น จะขอกล่าวถึงการตรวจสุขภาพในสถานที่ทำงานให้ทราบดังต่อไปนี้

\* ทำไมต้องรับการตรวจสุขภาพ?

เป้าหมายของระบบการฝึกปฏิบัติงานด้านเทคนิคสำหรับชาวต่างชาติ อยู่ที่ต้องการอบรมบุคลากรจากประเทศกำลังพัฒนา ด้วยเหตุนี้ จึงเป็นสิ่งสำคัญที่ว่า ผู้ฝึกปฏิบัติงานด้านเทคนิคทุกท่านจะต้องเดินทางกลับประเทศบ้านเกิดได้ อย่างปลอดภัย ภายหลังจากที่ได้เรียนรู้ทักษะและเทคนิคเป็นที่เรียบร้อยแล้ว การตรวจสุขภาพในสถานที่ทำงาน จึงถือเป็นหน้าที่ “กฎหมายเพื่อความปลอดภัย และอนามัยแรงงาน” มีเป้าหมายอยู่ที่การป้องกันโรคร้ายไข้เจ็บ การตรวจพบอาการเจ็บป่วยแต่เนิ่นๆ และการจัดสภาพที่ทำงานให้มีความเหมาะสม เป็นต้น

กฎหมายนี้กำหนดว่า เมื่อผู้ประกอบการว่าจ้างผู้ใช้แรงงาน (ผู้ฝึกปฏิบัติงานด้านเทคนิค) ที่รับเข้ามาทำงานเป็นประจำในเวลาปกติ (โดยยึดถือตามสัญญาว่าจ้างงานกับองค์กรที่จัดให้มีการฝึกปฏิบัติงาน นับจากการฝึกปฏิบัติงานด้านเทคนิคได้เริ่มขึ้น) จำเป็นต้องดำเนินการตรวจสุขภาพ (การตรวจสุขภาพเมื่อว่าจ้างงาน) นอกจากนี้ จะต้องตรวจสุขภาพผู้ใช้แรงงาน (ผู้ฝึกปฏิบัติงานด้านเทคนิค) ที่ทำงานเป็นประจำในเวลาปกติเป็นระยะๆ (การตรวจสุขภาพตามกำหนดระยะเวลา) 1 ปีต่อครั้ง (แรงงานภาคกลางคืน ผู้ที่ทำงานซึ่งเป็นอันตรายต่อสุขภาพ เป็นต้น ต้องทำการตรวจสุขภาพ ทุก 6 เดือนต่อครั้ง)

ยิ่งไปกว่านั้น ได้มีกำหนดไว้ว่า ผู้ประกอบการมีหน้าที่ที่จะต้องแจ้งผลการตรวจสุขภาพให้ผู้ใช้แรงงาน (ผู้ฝึกปฏิบัติงานด้านเทคนิค) ทราบ

และสำหรับผู้ใช้แรงงาน (ผู้ฝึกปฏิบัติงานด้านเทคนิค) ก็มีหน้าที่ต้องเข้ารับการตรวจสุขภาพด้วยเช่นกัน

\* การตรวจสุขภาพมีประเภทใดบ้าง?

นอกจากการตรวจสุขภาพ เมื่อผู้ประกอบการว่าจ้างผู้ใช้แรงงาน (ผู้ฝึกปฏิบัติงานด้านเทคนิค) ที่รับเข้ามาทำงานเป็นประจำในเวลาปกติ และการตรวจสุขภาพตามกำหนดระยะเวลาแล้ว ยังมีการตรวจสุขภาพในกรณีพิเศษ สำหรับผู้ฝึกปฏิบัติงานด้านเทคนิค ที่ทำงานในสถานที่ที่มีฝุ่นละอองเป็นพิษ

<技能実習生の健康診断>

日本においては、労働者の高齢化、運動不足、不適切な食生活、ストレスの増加等により、生活習慣病又はその予備軍が増大しています。疾病を予防し、健康を維持・増進するには、健康管理が重要になってきています。

生活習慣や生活環境を異にする国から来日して技能実習に励んでいる皆さんにとっても、健康管理は重要な事柄と言えるでしょう。健康管理の基本となるのが健康診断ですので、健康診断をきちんと受診し、自分の体の状態を知った上で、心身ともに健康で明るく生活したいものです。まずは、職場における健康診断についてお話ししたいと思います。

\*なぜ、健康診断を受けるのでしょうか。

外国人技能実習制度の目的は、開発途上国の人材育成を目指すものですので、技能実習生の皆さんには、しっかり技能・技術を修得した上で、無事に帰国していただくことが大切です。職場で行う健康診断は病気の予防、早期発見や適正な職場配置などを行うことを目的として「労働安全衛生法」で義務付けられています。

この法律の中で、事業者は、常時使用する労働者（技能実習生）を雇い入れるとき（実習実施機関との雇用契約に基づく技能実習が始まる時）は、健康診断（雇入時の健康診断）を行わなければならないと定められています。また、常時使用する労働者（技能実習生）に対し、1年以内ごとに1回（深夜労働等、健康に有害な業務に従事する者は6ヶ月以内ごとに1回）定期的に健康診断（定期健康診断）を行わなければならないとされています。

さらに、事業者は、健康診断を受けた労働者（技能実習生）に対し、その結果を通知するよう定められています。

一方、労働者（技能実習生）は、この健康診断を受けなければならないとされています。

\*健康診断にはどのような種類があるのでしょうか。

健康診断には、常時使用する労働者（技能実習生）に対して行う上記の雇入時の健康診断、定期健康診断のほか、有害な粉じん等を

อันตรายต่อสุขภาพ สำหรับการตรวจสุขภาพในกรณีพิเศษนี้ จะมีการตรวจสุขภาพเกี่ยวกับการละลายของสารอินทรีย์ การตรวจสุขภาพของปอด เป็นต้น

**\* หัวข้อของการตรวจสุขภาพมีอะไรบ้าง?**

หัวข้อการตรวจสุขภาพเมื่อว่าจ้าง มีดังนี้ ① ตรวจสอบประวัติ และประวัติการทำงาน ② ตรวจระบบประสาทการรับรู้ของร่างกาย และอาการที่ปรากฏออกมาให้เห็นตามร่างกาย ③ วัดส่วนสูง น้ำหนัก วัดรอบอก วัดสายตาและประสาทการได้ยิน ④ ถ่ายเอ็กซเรย์บริเวณช่องอก ⑤ วัดความดันโลหิต ⑥ ตรวจปริมาณฮีโมโกลบิน และจำนวนเม็ดเลือดแดง (ตรวจโรคโลหิตจาง) ⑦ ตรวจการทำงานของตับ ⑧ ตรวจไขมันในเลือด ⑨ ตรวจน้ำตาลในเลือด ⑩ ตรวจปัสสาวะ ⑪ ตรวจคลื่นไฟฟ้าหัวใจ

ทั้งนี้ การตรวจสุขภาพเมื่อว่าจ้างงานจะไม่สามารถละเว้นหัวข้อใดหัวข้อหนึ่งได้ทั้งสิ้น

หัวข้อของการตรวจสุขภาพตามกำหนดระยะเวลานั้น โดยส่วนใหญ่จะเหมือนกับการตรวจสุขภาพเมื่อว่าจ้างงาน (ยึดตามเกณฑ์กำหนดโดยรัฐมนตรีกระทรวงสาธารณสุข แรงงานและสวัสดิการ โดยมีบางหัวข้อที่แพทย์เห็นว่าไม่มีความจำเป็นต้องตรวจ ก็สามารถละเว้นการตรวจในหัวข้อนั้นๆ ได้ เช่น ในการตรวจสุขภาพตามกำหนดระยะเวลาในข้อ ④ ว่าด้วยการ “การถ่ายภาพเอ็กซเรย์บริเวณช่องอก และการตรวจเสมหะ” เป็นต้น)

**\* ข้อควรระวังเมื่อเข้ารับการตรวจสุขภาพมีอะไรบ้าง?**

ข้อควรระวังขึ้นอยู่กับหัวข้อที่จะรับการตรวจ เช่น ในคืนก่อนวันตรวจสุขภาพต้องงดเหล้า บุหรี่ ลูกอม เป็นต้น บางกรณีอาจห้ามไม่ได้รับประทานอาหารเช้าในวันที่เข้ารับการตรวจสุขภาพ จึงขอให้ปฏิบัติตามข้อควรระวังดังกล่าวตามที่ได้รับผิชอบแจ้งให้ทราบ นอกจากนี้ สำหรับการตรวจโรคโลหิตจาง การตรวจไขมันในเลือด และการตรวจน้ำตาลในเลือด นั้น อาจจะมีการขอเก็บตัวอย่างเลือด ซึ่งถือเป็นสิ่งจำเป็นในการตรวจสุขภาพ

発散するような職場で働いている技能実習生に対する特殊健康診断があります。特殊健康診断としては、有機溶剤健康診断、じん肺健康診断などがあります。

**\* 健康診断の検査項目は何でしょうか。**

雇入時の健康診断の項目は、①既往歴及び業務歴の調査 ②自覚症状及び他覚症状の有無の検査 ③身長、体重、腹囲、視力及び聴力の検査 ④胸部エックス線検査 ⑤血圧の測定 ⑥血色素量及び赤血球数の検査 (貧血検査) ⑦肝機能検査 ⑧血中脂質検査 ⑨血糖検査 ⑩尿検査 ⑪心電図検査です。

雇入時の健康診断では、検査項目を省略することはできません。

定期健康診断の項目も、上記の雇入時の健康診断項目とほぼ同様 (定期健康診断では④が「胸部エックス線検査及び喀痰検査」となっている) ですが、厚生労働大臣が定める基準に基づき、医師が必要でないとする項目については省略される場合があります。

**\* 健康診断に当たって受診者が気をつけることは何でしょうか。**

検査の項目によっては前日の夜から酒、たばこ、飴等をとってはいけなかったり、検査当日の朝食をとってはいけない場合がありますので、担当者からの注意事項を守ってください。また、上記の貧血検査、血中脂質検査、血糖検査などのために採血されることがありますが、これは健康診断実施のために必要なものです。