

日額は、ネットで、標準報酬月額表を検索すると、ヒットしますので、それを参考にして下さい。

・労働者災害補償保険法が適用されると考えられる場合
また、仕事が原因(過重労働、パワハラ、ひどいいじめ、嫌がらせ等)によるものであれば

労災申請も視野に入れて。

今年、厚生労働省は、うつ病等の精神疾患や自殺についての

労災認定基準を10年ぶりに見直しをしました。

見直された点は、ストレスの強さを3段階で判断し

、強度3で「ひどい嫌がらせ、いじめ、または暴行を受けた」という項目を新しく設けたことです。

2008年度に精神疾患で労災申請をされた方は927人、

労災と認定を受けた方は269人。20～40歳代が全体の8割を占めました。

しかし、50歳代が各世代別の増加率では最も高かったと報道されています。

何より、収入の道をきちんと確保し、療養に専念することが大事です。

●西尾はこう思います

メンタルな部分は他人にはわからない苦しみでもあり、

わかってもらえない苦しみでもあります。

ストレスと感じたら、まず家族に全てのことを話すこと。1人でかかえこまないこと。

自分で自分を追い詰めないこと。専門医に受診することが大切です。

★トピックス～けちな飲み屋～

こころの危険サインとして、『けちな飲み屋』

と臨床心理士の方が教えてくださいました。

け⇒欠勤

ち⇒遅刻

な⇒なきごと(を言う)

の⇒能率低下

み⇒ミス(がふえる)

や⇒やめたい(辞めたいと口にする)

このような症状が頻繁に現れる時は、サインが出てるなと意識して、

まずは心をリリースしてやりましょう。

~~~~~編集後記~~~~~

誰でも、休みたい時、遅刻したい時、泣きごとをいいたい時  
ありますよね。

そんなとき、私は、私の、けちじゃない飲み屋さん

=行きつけのおうどん屋さん=で、生ビールを一杯。

そして、軽くおうどんかラーメンを。

それだけでも、ずいぶんリラックスできます。

皆様も、あなただけの、けちじゃない飲み屋さん

ありますよね？

~~~~~

年金についてのご相談なら

西尾雅枝社会保険労務士事務所
社会保険労務士 & 年金コンサルタント
西尾雅枝

〒604-8155

京都市中京区錦小路通室町東入ル

占出山町308 ヤマチュービル2F N10

電話&FAX(075)241-4586

メールinfo@nishio-sr.com

WEBサイト<http://www.nishio-sr.com>

* このメールマガジンの無断転載・転用は固くお断りいたします。 *

働くあなたの公的年金 & 保険知っ得情報

発行システム:『まぐまぐ!』<http://www.mag2.com>

配信中止はこちら』<http://www.mag2.com/m/0000180112.html>
