

STOP!! ハラスメント

令和4年8月



ハラスメント相談室 専門アドバイザーからのメッセージ

ハラスメントは疾患をもたらします！

1 人間関係の悪化は、最大のストレス！

職場や学業の環境において人間関係の悪化は最大のストレスです。

2 ハラスメントを受けることは、メンタル面の悪化に！

とりわけ上司・同僚・関係者からハラスメントを受けることは、精神状態の悪化に直結します。

3 メンタル面での悪化は、病気を引き起こす！

精神状態の悪化は、放置されれば、うつ病を始めとする各種精神疾患につながっていきます。更に心と体は結び付いていますので、精神疾患は身体的疾患にも及んでいきます。

4 長期的メンタルストレスは、がん発症の要因にも！

さらに長期的なメンタルストレスは恒常的な免疫低下をもたらすことになり、免疫不全に伴う慢性病をもたらします。長期にわたると、ひいては、がん発症の要因にもなりえます。がんは、偏った食生活を最大要因として、「生活習慣病」として位置づけられており、メンタル面は生活習慣そのものに密接に関係しているからです。

ハラスメントが横行する環境下に身を置くことは、将来的に「がん」にもつながるということです。

5 健康的な環境維持に、ハラスメント撲滅が不可欠！

心身ともに健康的な環境維持には、この最悪のメンタルストレスであるハラスメントの撲滅が不可欠です。

6 些細なハラスメントも見逃さない！許さない！

職場や環境で、周りの方々のハラスメントに注意を払いましょう。見逃さないようにしましょう。許さないようにしましょう。

7 周りのサポートが何より大切！

被害者は個人ではなかなか言い出せず、通常は内にこもって悩まれています。周りの方々にサポートしてあげましょう。助けてあげましょう。そして、健康状態に気遣ってあげましょう。

大阪大学は、ハラスメントを

「見逃しません」「許しません」「厳正に対処します」。

みなさん一人一人のご協力をお願いします。

ハラスメント相談室 専門アドバイザー 小泉 雅彦



ハラスメント相談室（秘密厳守）

豊中地区 06-6850-5029、06-6850-6505

吹田地区 06-6879-6981、06-6879-6982

箕面地区 072-730-5112

相談希望の方はまずはお電話をください。

大阪大学ウェブサイト https://www.osaka-u.ac.jp/ja/campus/life/prevention_sh



編集・発行 キャンパスライフ健康支援・相談センターハラスメント相談室

〒560-0043 豊中市待兼山町1-17 Email: campuslifekenkou-harassment@office.osaka-u.ac.jp