

8月

においエチケット ～夏のシーズン対策～

■ スメルハラスメントとは ■

スメルハラスメント（スメハラ）とは体臭、口臭以外だけではなく、香水や柔軟剤、整髪料や制汗スプレー、タバコ臭などの臭いによって、周囲の人に不快な思いを抱かせるハラスメント行為の事を指します。スメルハラスメントは香害とも言われることもあり、社会的認知も4割程度と広がってきている身近なハラスメントです。

本来ハラスメント（harassment）とは、相手の意に反して不快感を与えたり尊厳を損なったりする行為を指します。この意味ではスメルハラスメントは狭義では該当しませんが、プレゼンティズムを増加させる点で看過できない問題です。



香水や柔軟仕上げ剤など、使用している本人にとっては「いい香り」でも、周囲の人が同じように感じているとは限りません。消費者庁などは、香り付き製品を使用する際に、周囲の人々への配慮を求めるポスターを公開しています。

ハラスメントは、2020年に「労働施策総合推進法」によって、防止措置が企業の義務となっています。そのため、働くうえで周りの人と快適に過ごすためには、においのエチケットを意識することが大切で、会社全体で取り組む課題となっています。

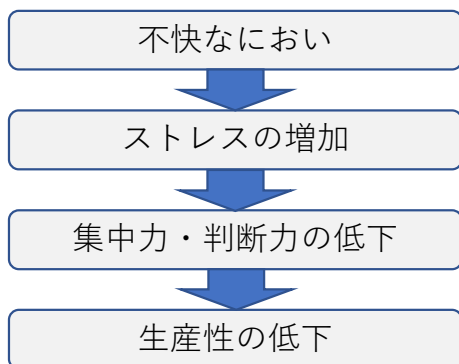
■ スメルハラスメントの種類 ■

スメルハラスメントには、いくつかのタイプがあります。本人は気づきにくいことが多く、職場や公共の場で問題になることがあります。スメルハラスメントは「悪意がなくても成立する」のが特徴で、自分が良いと感じている臭いがスメルハラスメントになっている可能性があります。

体臭・生理的なにおい	● 汗臭 ● 加齢臭 ● 口臭 	本人の体質や健康状態に関係しているケースが多いため、最も指摘が難しいタイプ
生活習慣のにおい	 ● たばこ臭 ● 食べ物（ニンニク・アルコール） ● 衣類の生乾き	改善可能ではあるものの、本人の自覚がないことが多い
香料・強い香り（いわゆる香害）	 ● 香水のつけすぎ ● 柔軟剤の香り ● 化粧品の強い香り ● 整髪料の香り	良い香りと思っていても、人によっては逆効果だったり、体調不良を来す人もいる
環境・持ち込み由来のにおい	● デスク周りのゴミや食品 ● 靴・ロッカーのにおい ● ペット臭の付着	個人だけではなく、職場環境の管理問題として扱われることがある
医療・健康に関係するにおい	● 病気由来の体臭 ● 服薬の影響	配慮が必要な領域で、マナーとして扱えない

■ スメルハラスメントによる生産性低下について■

職場におけるハラスメントは、被害者だけではなく、加害者も企業側も大きな不利益が長期に生じます。



統計による明確な数値化はまだ多くは発表されていませんが、室内環境の快適さが変わると、会議の生産性が最大25%向上する報告があります。不快な周囲にさらされると、ストレスからミスや不注意が増加し、生産性が低下してしまうことが分かってきました。



■ 化学物質過敏症について■

合成洗剤や柔軟剤、化粧品等に含まれる合成香料である化学物質に大量にさらされたり、低濃度であっても化学物質に繰り返し暴露されると、化学物質過敏症を発症することがあります。いったん発症すると、その後は微量の化学物質でも過敏症状を起こし、健康被害が生じるようになります。

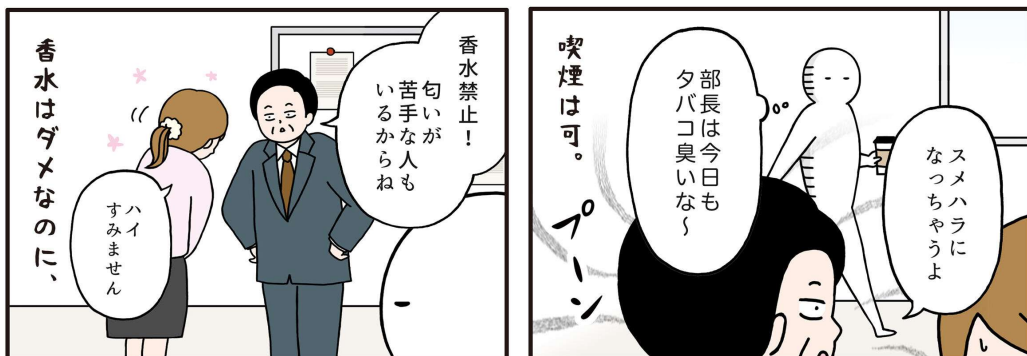


「神戸市の化学物質過敏症の啓発ポスター」2020年より画像引用

日本では軽症者も含めると10人に1人が化学物質に対する過敏症状があるといわれていますが、発症の仕組みに未解明な部分もあるため、まだ治療法は確立されていません。化学物質を避けることが症状の改善につながります。

■ スメルハラスメントの対策（自分） ■

スメルハラスメントは個人が発する臭いが原因となるため、プライバシー性の高い問題です。そのため、被害者が、不快に感じたり不調を来しても、我慢をし続けて辛い思いをしているケースも少なくありません。日頃から、『不快なおい』があるということを意識しておき、自分が発信者かもしれないと注意をしましょう。



マイナビニュース ワーク&ライフ
漫画第141回 職場の謎ルールより 画像引用

- 体臭の予防……頻回な入浴、制汗剤やデオドラント剤を使う
- 口臭の予防……適切なオーラルケア
- 香水の予防……定量までの使用。使い過ぎない。
- 柔軟剤の臭いの予防……定量使用か、無香料や微香タイプを選ぶ
- タバコの臭いの予防……臭いの少ない電子タバコに変更。

また周囲の臭いがきつuitと感じた際は、マスクに好きなアロマを付着させて着用したり、環境元から距離を取る等の工夫をしましょう。

引用、参考文献：消費者庁、厚生労働省、神戸市の化学物質過敏症の啓発ポスター2020年、マイナビニュース漫画第141回、ドリームサポート社会保険労務士法人第5回スメハラ、第6回スメハラより引用、労務SEARCH、ナース専科、社会保険研究所

■ スメルハラスメントの対策（会社） ■

臭いのある人を排除することは、法的に問題になってしまうので、会社側からは総合的な職場環境改善をメインに行っていきます。

空調・換気の調整

- ・ 換気回数を増やす
- ・ 窓の開放
- ・ 空気清浄機導入

物理的距離を確保

- ・ 飲食ルールの見直し
- ・ 香料ルールの見直し
- ・ 喫煙後の消臭奨励
- ・ フリーアドレス化

相談窓口の設置

- ・ 総務部で窓口設置
- ・ 産業保健スタッフ
- ・ 外部相談窓口
➤ 個別面談

衛生啓発

- ・ セミナーの開催
- ・ 清潔保持の周知
- ・ 消臭ケア教育

産業保健スタッフより

自分がスメハラ加害者になっている可能性があるとして留意しておきましょう。化学物質過敏症の相談窓口がありますので、気になる方は確認してみてください。



認定NPO法人 化学物質過敏症支援センター相談窓口