



# ハラスメント相談センターだより



寒い日が続いていますね。新型コロナウイルス感染症に加えてインフルエンザや風邪なども流行しておりますので、引き続き手洗い、うがいなどを行っていただくことが大切です。

ところで、みなさんはスメル・ハラスメント(スメハラ)という言葉を知っていますか？  
香りや匂いによって周囲の人に不快感や体調不良、健康被害などを与えることをいいます。

今回のセンターだよりでは、スメル・ハラスメントがどのようなものかという理解を深めていただければと思います。

スメル・ハラスメント(スメハラ)ってなに？

香害と呼ばれたりもするよ。  
香りや匂いによって周囲に不快感や健康被害を与えることで、ここでは「におい」で統一しておくね。  
においには、体臭や口臭などだけでなく、タバコ、アロマオイル、芳香剤、香水、整髪剤、香り付きの洗剤や柔軟剤、香りの強い化粧品など身近にあるさまざまなものが含まれるよ。

- ※ 2008年頃より香り付き柔軟剤による健康被害を訴える人が多くなっています。
- ※ 2021年には日本消費者連盟の要請を受けて国が5省庁連名で香害に関するポスターも発行しています。
- ※ タバコについては2020年4月から公共の施設や店などでは原則屋内禁煙が義務付けられました。

えっ！  
アロマや香り付き柔軟剤とかって良いにおいじゃないの？

においの感じ方って個人差が大きいよ。  
身につけている人にとっては好きなにおいでも、強すぎるにおいによっては体調を崩す人もいるの。頭痛や吐き気、思考力の低下などさまざまな症状がでることがあるよ。

そうなんだ。自分の周りにも困っている人がいるかもしれないってことなんだね。

そう！ においで不快になったり体調不良になる人がいるってことを知ることで配慮できることがあるよね。



自分が身につけているにおいが強すぎないかなって  
気を付けられるね。



消臭剤や脱臭剤、空気清浄機などを使ってにおいの低減を図る方法や換気も良いけど、香り付き柔軟剤や香水などなら身につける本人も工夫出来るよね。  
他人のにおいに比べて自分のにおいって気づきにくいし、自分が身につけているにおいって、同じ量のおいでも慣れて感じにくくなりやすいの。だから、知らず知らずに使用量や使う頻度が増えやすいから気をつけて。



思いがけず強いにおいになってるかもしれないんだね。  
気を付けなきゃね！でも、においの自覚がない人もいるよね？ その時はどうしたらいいの？



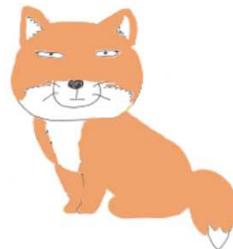
どう接したらいいのか悩むよね。そんな時はよかったらハラスメント相談センターに気軽に相談してみて。相談員と一緒に対応方法を考えることもできるよ。



においのことってデリケートだよ。自らのにおいで悩んでいる人だっているよね。まずは、においで困っている人がいるということを理解して配慮できることを心掛けることが大事だよ。



スメル・ハラスメントに関わらず、ハラスメントかなと困っていることがあれば、気軽にご相談くださいね！



ハラスメント相談センターピアサポートキャラクター  
詳しくはFacebookを見てね！

MAKE NEW STANDARDS.



東海国立  
大学機構



名古屋大学

名古屋大学ハラスメント相談センター

TEL:052-789-5806 〒464-8601 名古屋市千種区不老町  
h-help@adm.nagoya-u.ac.jp

名古屋大学ハラスメント相談センター

検索