

# คุณรู้สึกมีความทุกข์ใจในที่ทำงานหรือไม่ ?

การคุกคามในที่ทำงาน เป็นพฤติกรรมที่ให้อภัยไม่ได้  
หากเกิดถูกคุกคาม กรุณามาปรึกษา



ไม่ว่า ผู้ใช้แรงงานญี่ปุ่นหรือ ผู้ใช้แรงงานต่างชาติ(สถานภาพการพำนัก)  
การคุกคามในที่ทำงาน\*\* เป็นพฤติกรรมที่ให้อภัยไม่ได้ !

\*\*ความหมายของคำว่าที่ทำงานนั้น หมายรวมถึงการออกไปปฏิบัติงานนอกบริษัท  
หรือขณะอยู่ในรถที่ใช้ในการทำงาน หรือสถานที่จัดประชุมกับลูกค้า เป็นต้น

พฤติกรรมที่เข้าข่าย มีตัวอย่างดังนี้ :

## การคุกคามโดยใช้อำนาจหน้าที่

### การคุกคามทางร่างกาย

ถูกชก ตะ ต่อย

### การคุกคามทางจิตใจ

ถูกเจ้านายตะคอกต่อหน้าเพื่อนร่วมงาน  
“ภาษาญี่ปุ่นง่าย ๆ แค่นี้ ก็ไม่เข้าใจจริง”

### ให้ทำงานเกินหน้าที่การงาน

ให้เป็นล่าม ทั้งๆที่ไม่ใช่หน้าที่

### กีดกันการทำงาน

ไม่มอบหมายงานให้ทำ

### ละเมิดสิทธิส่วนบุคคล

ตำหนิหรือดูหมิ่นสภาพการณหรือวัฒนธรรม  
ของประเทศเมืองเกิด

### ตัดความสัมพันธ์

ถูกเจ้านายหรือเพื่อนร่วมงานเพิกเฉย

## การคุกคามทางเพศ

ถูกย้ายแผนก หรือการงาน เมื่อต่อต้านเวลาโดนเจ้านาย  
ตะต้องแหวหรือหน้าอก อันทำให้สูญเสียผลประโยชน์

เพราะถูกเจ้านายชวนไปทานอาหารหรือไปเดท  
ทำให้รู้สึกลำบากใจที่จะไปทำงาน

## การคุกคามเรื่องการตั้งครรรภ์ การคลอด การลาหยุดเพื่อเลี้ยงดูลูก

ตอนที่ปรึกษากับเจ้านายเรื่องการขอลาหยุดก่อนคลอด  
ถูกบอกว่า “ถ้าจะขอลาแล้ว ก็ให้ลาออกเลยก็แล้วกัน”

ถูกเจ้านายบอกว่า “จำไว้ละกันว่า การประเมินพนักงาน  
ครั้งต่อไป ไม่มีการเลื่อนตำแหน่งนะ”

เกี่ยวกับวิธีการรับมือการคุกคามและช่องทางปรึกษากรณีถูกระทำ โปรดคลิกดูด้านหลัง

นอกจากนี้ . . .

หากมีการกระทำการใดอันทำให้เสียประโยชน์โดยอ้างเหตุเรื่องการตั้งครรรภ์ การคลอด  
การลาเพื่อเลี้ยงดูลูก สามารถตรวจสอบรายละเอียดได้ในใบแทรกอีกแผ่นหนึ่ง

# กรณีถูกระทำการคุกคาม

## แสดงเจตจำนงให้ชัดเจน

หากนิ่งเฉยอดทนแล้ว  
อาจทำให้สถานการณ์ยิ่งแย่ลงได้  
พูดให้ชัดไปเลยเพื่อเป็นการแสดงเจตจำนงว่า  
“หยุด อย่าทำ” “ฉันไม่ชอบ”

## ปรึกษาช่องทางปรึกษาของบริษัท

การคุกคาม ไม่ใช่ปัญหาของส่วนบุคคล แต่เป็นปัญหาของบริษัท กรุณาปรึกษาพนักงานที่รับผิดชอบงานให้คำปรึกษา เช่น ที่ธุรการฝ่ายบุคคลของบริษัท หรือปรึกษากับเจ้านายที่ไว้วางใจได้  
**กรณีที่ลังเลใจจะปรึกษภายในบริษัทหรือปรึกษาแล้วไม่ได้รับการแก้ไขสักที โปรดปรึกษา\*\*หน่วยงานภายนอก เช่น สำนักงานแรงงานประจำจังหวัด เป็นต้น**  
**\*\*การกระทำอันทำให้เสียประโยชน์ เพราะปรึกษากับช่องทางปรึกษานั้น เป็นสิ่งที่ห้ามโดยกฎหมาย**

## ทุกบริษัทมีหน้าที่ตามกฎหมายที่จะดำเนินมาตรการต่อไปเพื่อป้องกันการคุกคาม !

ดูรายละเอียดจากลิงค์ด้านล่างนี้

1. วางนโยบายของผู้ประกอบการให้ชัดเจน และประกาศให้ทราบอย่างทั่วถึงพร้อมทั้งทำการส่งเสริม
2. จัดระบบที่จำเป็นเพื่อรองรับและดำเนินการให้เหมาะสมต่อคำปรึกษา(รวมถึงคำร้องทุกข์)
3. รองรับอย่างเหมาะสมและรวดเร็วในกรณีที่ได้รับความปรึกษา
4. มาตรการแก้ไขสาเหตุหรือเบื้องหลังที่ทำให้เกิดการคุกคาม
5. มาตรการที่ควรจะทำเรื่องอื่นๆ (การป้องกันความเป็นส่วนตัว เป็นต้น)

■ แผ่นพับ(ภาษาญี่ปุ่น) \*\*P.20 เป็นต้นไป :

<https://www.mhlw.go.jp/content/11900000/001019259.pdf>

■ กองเชียร์สถานที่ทำงานอย่างร้ายแรง :

[https://www.no-harassment.mhlw.go.jp/foreign\\_workers\\_jp](https://www.no-harassment.mhlw.go.jp/foreign_workers_jp)



ช่องทางปรึกษา(ฟรี) : ตารางเบอร์โทรศัพท์ ฝ่าย(แผนก)สิ่งแวดล้อมและความเสมอภาคในการจัดจ้างแรงงาน สำนักงานแรงงานประจำจังหวัด

จังหวัด	เบอร์โทรศัพท์	จังหวัด	เบอร์โทรศัพท์	จังหวัด	เบอร์โทรศัพท์	จังหวัด	เบอร์โทรศัพท์
สกลโกโต	011-709-2715	โตเกียว	03-3512-1611	ชิกะ	077-523-1190	คางวะ	087-811-8924
อาโอโมริ	017-734-4211	คานากะว่า	045-211-7380	เกียวโต	075-241-3212	เอฮิเมะ	089-935-5222
อิวาเตะ	019-604-3010	นิงาตะ	025-288-3511	โอซาก้า	06-6941-8940	โคจิ	088-885-6041
มียาจิ	022-299-8844	โทยาม่า	076-432-2740	เฮียวโงะ	078-367-0820	ฟูกูโอกะ	092-411-4894
ฮาคิดะ	018-862-6684	ฮิซึคาว่า	076-265-4429	นาระ	0742-32-0210	ซากะ	0952-32-7218
ยามากาตะ	023-624-8228	ฟูกูอิ	0776-22-3947	วากายาม่า	073-488-1170	นางาซากิ	095-801-0050
ฟูกูชิมะ	024-536-4609	ยามานาชิ	055-225-2851	ทตโทริ	0857-29-1709	คุมาโมโตะ	096-352-3865
อิบารากิ	029-277-8295	นากาโน่	026-227-0125	ชิมิเนะ	0852-31-1161	โออิตะ	097-532-4025
โทซึจิ	028-633-2795	กิฟุ	058-245-1550	โอคายาม่า	086-225-2017	มียาซากิ	0985-38-8821
กุนมะ	027-896-4739	ซึสึโอกะ	054-252-5310	ฮิโรชิม่า	082-221-9247	คาโกชิม่า	099-223-8239
ไซตามะ	048-600-6210	ไอจิ	052-857-0312	ยามากูจิ	083-995-0390	โอกินาว่า	098-868-4380
ชิบะ	043-221-2307	มิเอะ	059-226-2318	โทคุชิมะ	088-652-2718		

เวลาทำการ 8.30 น. - 17.15 น. (ยกเว้น วันเสาร์ วันอาทิตย์ วันหยุดนักขัตฤกษ์ และช่วงสิ้นปีใหม่)

(อ้างอิง) ข้อมูลเกี่ยวกับ พระราชบัญญัติว่าด้วยความเสมอภาคในเรื่องการจ้างงานระหว่างชายหญิง



ภาษาอังกฤษ



ภาษาจีน



ภาษาโปรตุเกส



ภาษาเวียดนาม



ภาษาญี่ปุ่น