

いきいき

REK

vol.012
Autumn

ありがとうございます
創立60周年

「健康経営」で
人も会社も元気に！

REK健康講座
ピロリ菌と
胃カメラのお話

元気de行こう！

朝ごはん食べよう宣言！！

こころの広場
健康経営とメンタルヘルス

作業環境測定士の
「ここに注目！」

労衛研からのご報告

奨学生募集



60年のご愛顧に 感謝いたします。

労衛研は令和3年9月1日をもちまして、創立60周年を迎えました。今こうして60周年を迎えることができたことは、ひとえに私たちを支えていただいたお客様と関係者の皆様のおかげと深く感謝しています。労衛研も今では年間延べ50万人の皆様にご利用いただく西日本有数の労働衛生機関となることができました。

また今回、人間でいえば還暦にあたるこの節目を迎え、改めて「公益財団法人」としての使命を再認識し、それを全うし、労働者、地域住民の皆様の健康増進、保健予防の向上に寄与して行きたいと考えています。

新型コロナウイルス感染症は第5波目を迎え、収束するにはまだまだ先が見えません。現在は、唯一ワクチン接種の進捗が希望の光となっており、政府の積極的なワクチン接種の推進もあって当所も職域の集団接種に参加をさせていただきました。

ここにきて、2回目を接種した人の割合はようやく5割を超えました。

こうした中、労衛研は今まで以上にコロナとの共生の中での、安全、安心、確実な健康増進事業の提供を目標とし、地域、お客様に愛される労衛研となるべく不断の努力をおこなっていく所存であります。

そして当所の基本理念である「私たちは労働衛生機関として、人々の“こころ”と“からだ”の健康を守ります」を実践し、地域社会から必要不可欠と認めいただける持続可能な「公益財団法人」となることを目標とし、職員全員一丸となって70周年に向けて頑張っておりますので、よろしくお申し上げます。

令和3年9月27日



代表理事会長
前川 道隆



2021年

延岡健診センターリニューアルオープン

親しみやすく女性も落ち着ける、ゆったりした内装へと変わりました。胃カメラ・マンモグラフィを新設し、幅広い健診ニーズに応えられるようになりました。

2021年

新基幹システム導入

健康診断処理システムが新しくなりました。問診票などのレイアウトを見やすく刷新したほか、ニーズに応じて必要情報のみ印刷することが可能になるなど、よりご利用いただきやすくなりました。

2017年

天神健診センター開所

福岡市天神に天神健診センターがオープン。駅から徒歩圏という抜群の立地に加え、仕事帰りや、休日にも利用できる受診メニューを設け、多くの方に気軽にご利用いただいています。



2021年	2021年	2017年	2016年	2015年	2014年	2012年	2001年	1999年	1994年	1988年	1975年	1961年
-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------

9月1日、福岡市中央区大名1丁目
に福岡労働衛生研究所誕生
財団法人設立が認可
中央区大名から、南区那の川に移転
福岡県で初めて、国公立以外の健診機
関として「政府管掌健康保険生活習慣
病予防健診実施医療機関」に指定
労働衛生機関としての第3者認証（労
働衛生サービス機能評価）を福岡県で
第一期に取得
九州の労働衛生機関初の「健康診断専
用」全身ヘリカルCTスキャンを導入す
るなど、デジタル化を推進
内閣府より公益財団法人として認定
宮崎県延岡市に延岡健診センターを
開所
山口県宇部市に宇部センターを開所
労衛研健診センターリニューアル
天神健診センター開所
延岡健診センターリニューアル
新健康診断処理システム導入

「健康経営」で人も会社も元気に！

近年、健康的な働き方を考える上で注目されているのが「健康経営」です。従業員を元気で幸せにすると会社も元気になるという「健康経営」についてご紹介します。

健康にかかる経費は「将来への投資」

健康経営とは、従業員の健康管理を経営課題とし、その実践を通して、会社の活力を高め成長させることです。

健康経営が注目されているのは、従業員や家族の健康が企業経営に大きな影響を与える可能性が指摘されているからです。

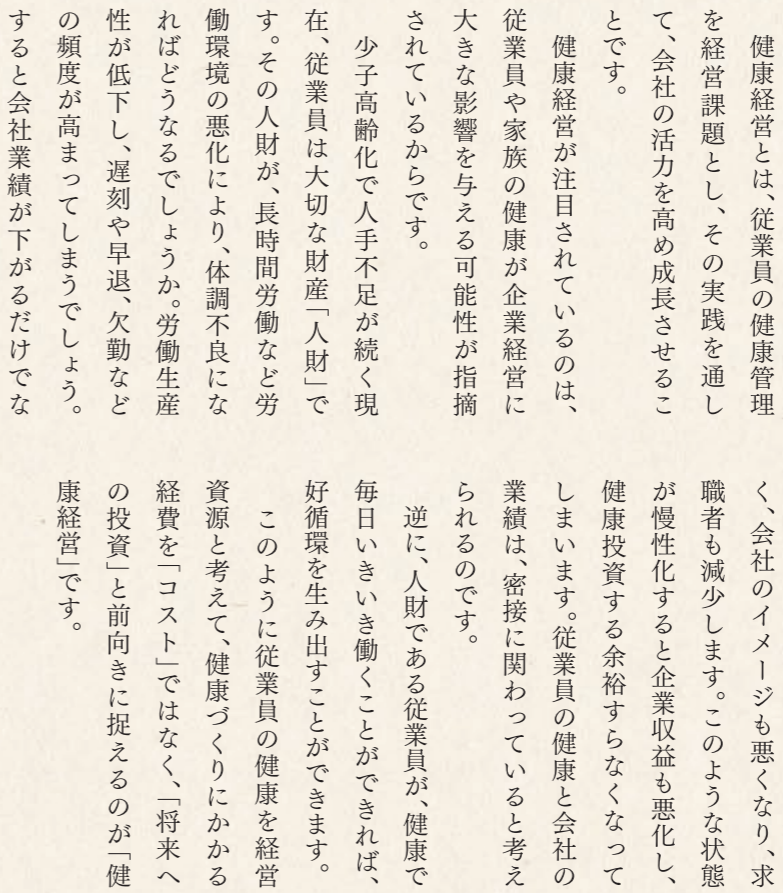
少子高齢化で人手不足が続く現在、従業員は大切な財産「人財」です。その人財が、長時間労働など労働環境の悪化により、体調不良になればどうなるでしょうか。労働生産性が低下し、遅刻や早退、欠勤などの頻度が高まってしまいうでしょう。すると会社業績が下がるだけでない

く、会社のイメージも悪くなり、求職者も減少します。このような状態が慢性化すると企業収益も悪化し、健康投資する余裕すらなくなってしまう。従業員の健康と会社の業績は、密接に関わっていると考えられるのです。

逆に、人財である従業員が、健康で毎日いきいき働くことができれば、好循環を生み出すことができます。このように従業員の健康を経営資源と考えて、健康づくりにかかる経費を「コスト」ではなく、「将来への投資」と前向きに捉えるのが「健康経営」です。

すると会社業績が下がるだけでない

健康経営」です。



健康経営に向けてステップアップ

経済産業省による優良な健康経営に取り組む

企業の認定基準をご紹介します。

「健康経営」に取り組む上での大きなヒントになります。

トップをはじめとするみんなの協力が大切

経済産業省は、2004年度から「健康経営銘柄」、2006年度から「健康経営優良法人認定制度」を創設し、優良な健康経営に取り組む企業を認定しています。

その認定基準は、「経営理念」「組織体制」「制度・施策実行」「評価・改善」「法令遵守・リスクマネジメント」の5つであり、「健康経営」の実践の基本になります。

健康経営に取り組むためには、まず経営トップがその意義や重要性を認識し、理念を社内外に発信することが重要です。

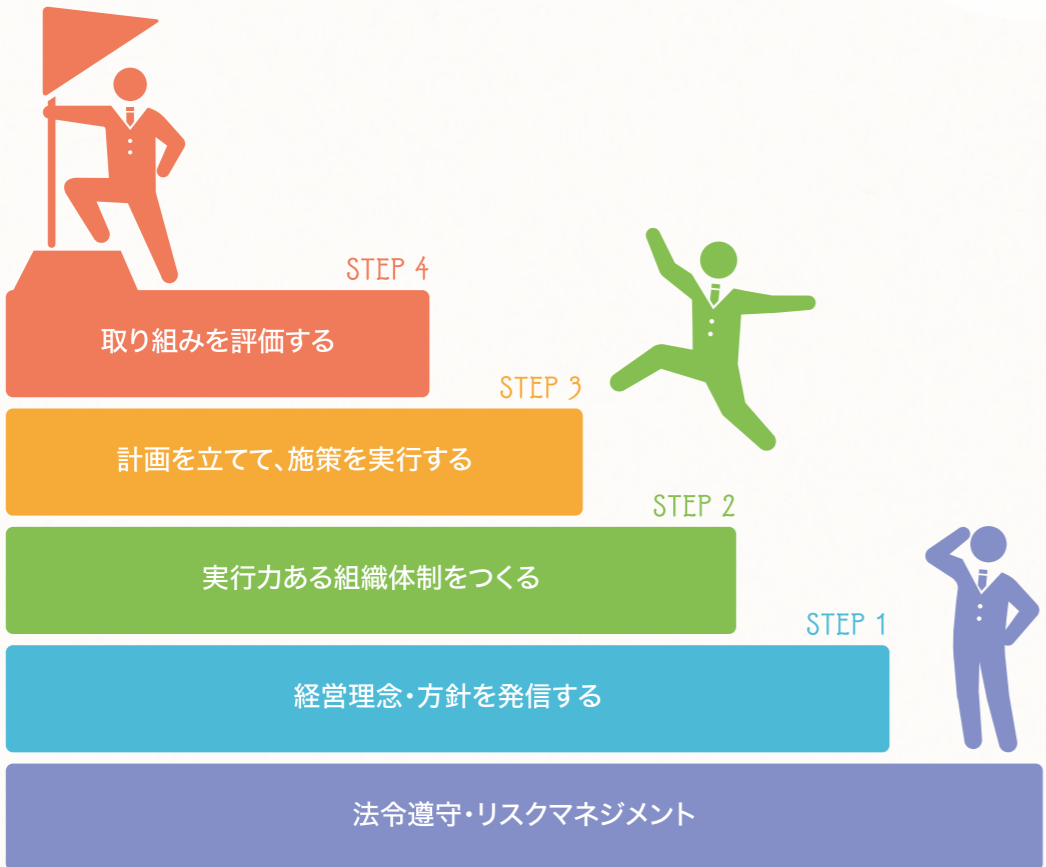
次のステップは、実行力のある組織体制を構築することです。専門部署を設置したり、既存の部署を活用するなどさまざまな対応が考えら

れますが、産業界や保健師など専門人材の活用も有効です。

制度・施策を実施するためには、企業や健康保健組合等が協力して、従業員の健康上の課題を把握することが大切です。これに基づき、具体的な目標を立て、さまざまな制度や施策を構築することができます。

そして、取り組みの効果を検証する際には、その評価を次の取り組みに生かすPDCA^{*}がしっかりと機能するような体制づくりを目指し、さらなる健康づくりへ取り組みましょう。

^{*}PDCA…Plan(計画)→Do(実行)→Check(評価)→Act(改善)を繰り返して業務の改善・効率化を図る方法。



REKの「健康経営」

を紹介いたします

健康経営宣言

「私たちは労働衛生機関として、人々の“こころ”と“からだ”の健康を守ります」を基本理念として「健康づくり」に日々取り組み、みなさまの生涯現役に貢献していくことを目指し、事業活動を行っております。そのためには、まずは職員が「健康づくり」を行える環境づくりが必要で、健康に関する正しい知識を習得し、実践することが大切です。

創業以来掲げてきた「健康は自らが贈る最高の宝」をスローガンに“こころ”と“からだ”の健康というかけがえない財産を守る活動を社内及び社外へ、提供・発信していくことを宣言します。

令和3年7月21日

公益財団法人 福岡労働衛生研究所

代表理事会長 前川道隆

私たちは、2021年7月から「健康経営」の取り組みを始めました。
REKの健康経営の「目的」「実施計画とその内容」など
私たちの活動をシリーズで紹介します。

第1回 健康管理のための「重点項目」

今年60周年を迎えたREKは、創立以来、働く人とそのご家族の“こころ”と“からだ”の健康づくりに取り組んできました。

この度、これまで培ってきた経験・知見・技術を生かし、「健康経営」に取り組むこととし、2021年7月21日「健康経営宣言」を行い

ました。

今後は、社員一人ひとりが「生涯現役」を目標として、ワーク・エンゲイジメントを高め、社員の健康管理に取り組んでまいります。そのために、2021年度は、左のページに掲げた「7つの重点項目」を実施する予定です。

■ ワーク・エンゲイジメントとは



7つの重点項目



疾病予防対策

- 健康診断受診率、健康診断後の再検査・精密検査受診率の向上
 - 定期健康診断受診率100%
 - 健康診断後の再検査・精密検査受診率の向上
- 生活習慣病予防対策
 - 適正BMI維持者率の向上(BMI 18.5~25未満)
 - メタボリックシンドローム該当率の減少
- がん予防対策
 - 子宮頸がん検診受診率の向上



健康増進対策

- 運動実施率の向上
 - 活動量を現在よりプラス10分増やすことを目指す。
 - オリジナル職場体操を作成し、毎日実施する。
 - 就寝2時間前の食事回数の減少を目指す。
 - 食事バランス診断を行い、管理栄養士による個別指導を行う。



メンタルヘルス対策



労働時間の適正化・ワークバランス・生活時間の確保

- 長時間労働・業務の効率化対策
 - 長時間労働の実態を把握する。
 - 長時間労働者の健康状態を把握し、プレゼンテーションシステム損失(職員の生産性の低下)を防ぐ
- 有給休暇取得率の向上
 - 有給休暇の年間計画を作成し、年間取得率の向上を目指す。
- 喫煙率の減少
 - 喫煙者の減少を目指す。
 - 喫煙者に動脈硬化測定を行い、禁煙指導を行う。
- 母性健康管理対策
 - 風疹抗体検査を行い、抗体価が低い職員のワクチン接種を勧奨する。
- エイジフレンドリー対策
 - 生涯現役を目標に50歳以上の職員にフレイル予防測定(虚弱、老化の予防)を実施し体力維持を図る。



治療と仕事の両立支援

- 産業保健スタッフ(保健師)による保健指導実施
 - 産業医面談を希望しない高ストレス者を対象に保健指導を実施する。
- 集団分析の実施
 - 高ストレスへ該当する部署を把握する。
- 職場改善の実施
 - 高ストレスへ該当した部署に対し、改善計画・実践・評価を行い、職場環境の整備を行う。(PDCA)
- 健康管理室に相談窓口を開設
 - 休職に関する体制の確立
 - 治療に専念できる環境整備を行う。
 - 復職に関する体制の確立
 - 通院しながら仕事ができる環境整備を行う。



感染症予防対策

- 新型コロナウイルス感染症予防・発症時の勤務体制・社外への予防対策の構築
- 感染症対策本部の設置



健康経営の啓発活動

- 東京商工会議所認定健康経営アドバイザー資格の取得
 - 健康経営の理念や実施方法について啓発活動を行う。
- 復職基準の作成
 - 感染症発症時、産業保健スタッフ(産業医・保健師)と協力し円滑に復帰できるように調整する。
- 感染症発症時、感染拡大予防・事業継続・社外への対応を協議する。



今回は、「取り組み状況」についてご報告します。

【ピロリ菌と胃カメラのお話】

医長 西川 正一郎

過去のいきいきREKでもヘリコバクター・ピロリ菌(以下ピロリ菌)と上部消化管内視鏡(以下胃カメラ)のお話がありました。定期健康診断で胃カメラあるいは胃透視検査(以下バリウム検査)をほぼ必須の検査としている事業場も多く、さらに胃がん発生の主な原因がピロリ菌と知られるようになったこともあり、胃カメラやピロリ菌検査を受ける方が非常に多くなっており、再度お話ししておこうと思います。

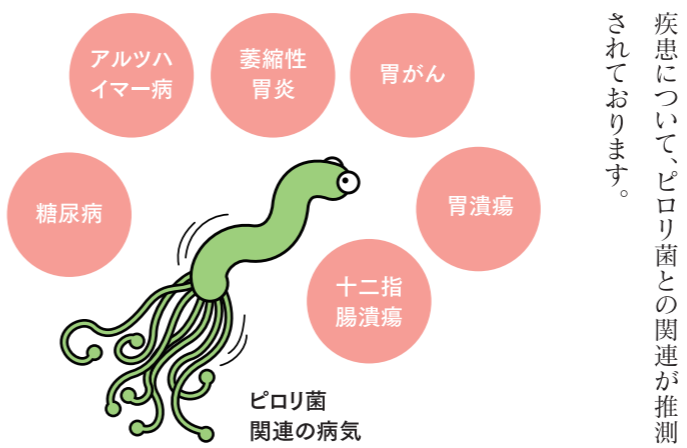
ピロリ菌発見の歴史

1800年代後半に胃の中にならざるの細菌を発見した！という研究報告がいくつかありました。しかし、はつきりとした正体はわからず、「胃の中は、胃酸で満たされており、細菌は存在しない！」と唱える研究者が多かったこともあって、胃の中の細菌の論争は下火になりました。しかし、1983年にウォレンとマーシャルという2人の研究者がピロリ菌の培養に成功。さらにマーシャルは、自らピロリ菌を飲んで胃に感染させ、胃潰瘍ができることを証

明するという荒業に出て、ピロリ菌の存在の証明とそれが胃潰瘍の原因菌であることを証明しました。その後2人ともノーベル賞を受賞しています。現在では、胃がんや萎縮性胃炎の発生にも大きく関与していることもわかり、2013年にヘリコバクター・ピロリ感染胃炎(萎縮性胃炎)の除菌治療に対して保険適用がなされ、ピロリ菌検査と除菌治療が盛んに行われています。

さまざまな病気の原因に

ピロリ菌は、萎縮性胃炎、胃潰瘍、十二指腸潰瘍、胃がんなどのほかに、胃



MALTリンパ腫、胃過形成性ポリプ、機能性ディスペプシア、胃食道逆流症、免疫性(特発性)血小板減少性紫斑病、鉄欠乏性貧血などの疾患についても関与していることが知られており、ピロリ菌感染が確認されたなら、除菌治療を行うことが強く推奨されています。その他にも、慢性蕁麻疹、Cap polyposis(直腸やS状結腸に多発する炎症性ポリプ)、胃びまん性大細胞型B細胞性リンパ腫、直腸MALTリンパ腫、パーキンソン症候群、アルツハイマー病、糖尿病といった疾患について、ピロリ菌との関連が推測されております。

ピロリ菌の感染経路は、井戸水などの自然界からの感染とされていますが、上下水道が整備され、衛生環境の整った現在では、親から子への家庭内感染が示唆されており、感染率も低下しております。このため、ピロリ菌感染が判明した場合は、ご家族のピロリ菌検査もしておくことをお勧めします。感染時期については、乳幼児期と言われており、成人以降の感染は非常に少ないようですので、ピロリ菌検査については、毎年受ける必要はなく、一度行えば事足りります。

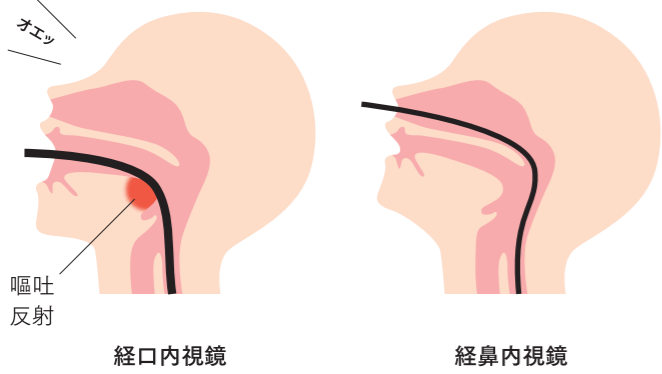
ピロリ菌検査の前に胃カメラを

胃カメラで粘膜を観察すると、ピロリ菌感染があるかどうかをある程度判断できます。まず胃カメラを受け、ピロリ菌感染が疑われる場合にピロリ菌検査を行い、ピロリ菌感染があれば除菌治療を行うということが保険診療の流れになっています。そのため、病院でいきなりピロリ菌検査を希望すると、自費診療となってしまふ場合があります。そこで、ピロリ菌感染を確認するためにも、一生に一回は、胃カメラを受けておくことをお勧めします。

苦痛のない胃カメラのために

「胃カメラは苦しい」という印象がありますが、現在は、検査機器の進化や麻酔の利用により、苦痛も低減しています。さらに上手に胃カメラを受けるコツを紹介しましょう。

まず、胃カメラを受ける検査日に合わせて体調を整えましょう。疲労、寝不足などがあると余計にストレスを感じ、オエッ!となる嘔吐反射や息が詰まりそうといった感覚が強く出現する可能性があります。



次に、鼻から口からか、ですが、嘔吐反射は、舌の根元にスコープが当たって起こることが多いのです。口から行って喉を通す前に頻りにオエッとなる方は、嘔吐反射が強いといえるので、細いスコープで鼻から挿入する経鼻内視鏡を選択する方が良いでしょう。ただし、経鼻内視鏡は、鼻腔が狭くてスコープが挿入できなかつたり、鼻出血が起こつたり、痛みがあつたりするなどのデメリットもあります。当施設では、口からでも径5.9ミリ細径の経鼻用のスコープを使用するので、嘔吐反射は小さいと思います。

次が一番大事なところですが、鼻腔や喉の粘膜表面の麻酔です。キシロカインゼリーという表面麻酔剤を鼻に注入したり、口に含んだりしていただきますが、単純に含んでおくのではなく、鼻からの場合は、すすって少量飲み込む、口からの場合は、舌を使って口腔内に塗り広げて、さらに少量を飲み込むことをお勧めします。飲み込んでも全く問題ありませんので、今までやったことがなかった方は試してください。こうするとスコープの通り道すべてに表面麻酔がなされることになり、嘔吐反射

などがさらに起きづらくなります。表面麻酔は、効きづらい方もいらっしゃるようですが、10分間ぐらいでジンジンしたような感覚になって効果が十分に出現し、口に含んだ場合は、舌で口腔内を触っても触っていないような感覚になります。歯科での麻酔のご経験がある方は、それと似たような感覚です。加えて、経鼻内視鏡検査の場合は、鼻にチューブを挿入して表面麻酔をさらに浸透させたり、鼻腔を多少広げてスコープを挿入しやすくなりする処置も行います。

そして、いよいよ検査台に横になっていただきますが、最後は、気持ちが大変です。「胃カメラは、怖い!怖い!」とあまりにも恐怖心を抱いてしまうと、検査に気持ちが集まり、スコープ挿入を余計にストレスに感じ、スコープが喉を通過した時に、嘔吐反射だけでなく、息が出来ない!息が詰まる!といった感覚に陥る方もいらっしゃいます。リラックスして、全身の力を抜き、されるがままになりましょう。喉の通過時に唾を飲み込む動作をしてくださる方もいらっしゃると思いますが、経験豊富な内視鏡医であれば、そのようなことは不要で

苦痛の無い胃カメラを受けるコツ

- ① 検査日に合わせて体調を整える。
- ② 経鼻か経口か自分に合った内視鏡を選択する。
- ③ 表面麻酔剤を少量飲み込み、しっかり塗り広げる ← 一番大事!
- ④ 検査台に横になったらリラックスして、スコープに意識を集中させない。



元気de行こう!

寒くなると家の中にこもりがちですね。時には、広々とした場所に出かけて、新鮮な空気を胸いっぱい吸ってリフレッシュしましょう。

※営業日・時間等が変更になる場合があります。お出かけ前にホームページ等にて必ず最新情報をご確認ください。



山口県宇部市 ときわ動物園

自然のままの動物に会いに行こう!

全園で動物たちの野生の姿を引き出す「生息環境展示」が楽しめる動物園。動物それぞれの生息地に合わせた「アジアの森林ゾーン」「中南米の水辺ゾーン」「アフリカの丘陵・マダガスカルゾーン」「山口宇部の自然ゾーン」と体験学習館「モンスタ」のある「学習施設ゾーン」の5つのゾーンで構成されています。

飼育頭数国内最多のシロテテナガザルやボンネットモンキーなど、「群れ」ならではの行動が観察できることも。そのほか、「世界最速のサル」など、気になる動物の野生の動きを見ることが出来ます。

緑豊かな動物園で、動物たちを間近に見ながら、癒しのひとときをお過ごしください。



所 山口県宇部市則貞3-4-1
電 0836-21-3541
HP <https://www.tokiwapark.jp/zoo/>



福岡県古賀市 古賀グリーンパーク

本格的なスケートパークでスケートボードを楽しもう!



自然と健康をテーマに、照明施設を備えた多目的広場をはじめ、子ども向け遊具がいっぱいの芝生広場・チャイルドゾーンや物産館(コスモス館)など、子どもから大人まで楽しめる緑豊かな公園です。

中でも注目は、古賀市スケートパーク通称「ライブ・スケーツ古賀」。利用料は無料で、初心者も本格的なパークで、スケートボードやインラインスケートなどを気軽に楽しむことができます(ヘルメットは必ず着用)。



所 古賀市青柳町587-1
問 古賀市公園管理センター
電 092-944-3150

宮崎県延岡市 延岡城址・城山公園

貴重なヤブツバキを探して歩こう!



延岡市民の憩いの場として人気の延岡城址・城山公園は、桜など花の名所としても知られていますが、秋から冬にかけて楽しめるのが、ヤブツバキです。園内には108種、3千本を越すヤブツバキが自生しています。「延岡」「牧水」など、延岡にちなんだ名前の花もあります。白、赤、ピンクと多彩な色や姿のヤブツバキを楽しみながら、広い公園内のウォーキングにトライしましょう!

所 延岡市東本小路178
問 延岡観光協会
電 0982-29-2155
HP <https://nobekan.jp/>



こころの広場

公認心理師 村上 碧海

職場の人間関係や家庭との両立など、働くヒトには、大なり小なり悩みがあるもの。REKの公認心理師が、そんなココロをめぐるさまざまな悩みや疑問にお答えします。

健康経営とメンタルヘルス

「No health without mental health—メンタルヘルスなしに、健康なし」。WHO（世界保健機関）が2013年に打ち出したこのスローガンは、健康の基本的な要素として良好なメンタルヘルスは必要不可欠であることを示しています。

昨今、健康の維持増進をめぐる企業の取り組みにおいては、「健康経営」の考え方が普及しています。従業員の健康の維持増進に取り組むことは、結果的に業績向上や組織としての価値向上につながる事が期待されるという考えのもと、さまざまな施策が打ち出されています。

健康経営のなかで「メンタルヘルスなしに、健康なし」を実現するために、どんなことができるのでしょうか？

Q 健康経営におけるメンタルヘルス対策は、これまでのものと何か違うのでしょうか？

メンタルヘルス対策そのものは、これまで企業にとっては重要な課題として挙げられてきました。セルフケアやラインケ

アの促進、職場復帰支援、ストレスチェックの実施や職場環境改善など、さまざまな取り組みがありますね。こういった取り組みは、健康経営においても必要でしょう。

一方で、健康経営におけるメンタルヘルス対策を考えたとき、従来のものと比較すると物足りないところもあります。それは、メンタルヘルスのさらなる維持増進につながる取り組みの充実です。

ストレスマネジメントとしてのセルフケアや職場環境改善、リスクマネジメントとしてのラインケアや職場復帰支援に留まらず、労働への活力や熱意の向上だったり、一人ひとりが自らの可能性を実現できたりする環境づくりまで展開していくことが健康経営におけるメンタルヘルス対策の課題となります。

例えば、仕事の自律性の確立、上司によるポジティブなフィードバックの増加、キャリア開発の機会の確保といった、人材開発や組織開発に関連したアプローチが重要になってくるでしょう。ストレスの枠を超えた、幅広いメンタルヘルス対策。ここが、これまでと健康経営におけるメンタルヘルス対策の違いです。

Q 健康経営のなかでメンタルヘルス対策を行う場合、その成果を評価する指標はありますか？

現時点では、明確な共通指標は確立されていません。経済産業省の健康投資WGでは、健康経営のパフォーマンス指標として、ストレスチェックの高ストレス者率や傷病を理由とした休業日数など、そしてワークエンゲージメント尺度のスコアを挙げています。

ワークエンゲージメントとは、仕事への「熱意・没頭・活力」を示すもので、具体的に仕事に取り組んでいる心理状態を表す言葉です。現在、ストレスチェックのように、一人ひとりのワークエンゲージメントを評価するチェックリストは存在するので、点数化できる指標として挙げられているでしょう。

他社との比較が可能な共通指標は確立されていませんが、組織の状態の変化を評価することはできます。健康経営に取り組む前と、取り組んだ後で、何が変化したのか。まずは自社内で比較することが肝要かもしれません。

【耳寄り情報】厚生労働省「令和元年版 労働経済の分析」第3章にて、ワークエンゲージメントが特集されています。基礎知識から、雇用形態や休み方、離職率との関係や国際比較といった最新の研究結果まで載っています。非常に読み応えがあるので、秋の夜長のお供にいかがでしょうか？



管理栄養士えじーの

朝ごはん食べよう宣言!!

みなさん、朝ごはん食べていますか？朝はギリギリまで寝ていた、寒くなってきたし布団から出られない...そんなあなたも、簡単に作れるお手軽メニューをご紹介します。食べるのが楽しみで早起きしたくなるかも!!

エネルギー 278kcal



タンパク質もしっかりとれて栄養バランスも◎! 程良い塩味が食欲をそそる

鮭フレークトースト

材料 (1人分)

食パン6枚切り..... 1枚
 鮭フレーク..... 大さじ2
 コーン..... 大さじ1
 枝豆..... 大さじ1
 チーズ..... 大さじ2

作り方

①食パンに鮭フレーク、コーン、枝豆、チーズをのせる。
 ②トースターで焼く。

意外な組み合わせがクセになりそう! 紅ショウガが味のアクセントに

お好み焼きトースト

材料 (1人分)

食パン6枚切り..... 1枚
 キャベツの千切り...ひとつかみ
 卵..... 1個
 紅ショウガ..... 小さじ1
 ソース..... 適宜
 マヨネーズ..... 適宜

作り方

①食パンにキャベツの千切り、卵、紅ショウガをのせ、トースターで焼く。
 ②ソースとマヨネーズをかける。

エネルギー 288kcal



エネルギー 337kcal



ビタミン・ミネラル豊富なアボカドが主役 ボリュームたっぷり。1枚で大満足!

サラダトースト

材料 (1人分)

食パン6枚切り..... 1枚
 アボカド..... 1/2個
 ミニトマト..... 2個
 生ハム..... 2枚
 マスタード..... 小さじ1
 オリーブオイル..... 適宜

作り方

①トースターで食パンを焼く。
 ②マスタードを食パンに塗り、アボカド、ミニトマト、生ハムをのせ、仕上げにオリーブオイルをかける。

デザート感覚の見た目もおしゃれな一品 お好きなフルーツにアレンジしても

フルーツトースト

材料 (1人分)

食パン6枚切り..... 1枚
 キウイ..... 1/2個
 ブルーベリー..... 9粒
 クリームチーズ..... 大さじ2
 はちみつ..... 適宜

作り方

①トースターで食パンを焼く。
 ②キウイ、ブルーベリー、クリームチーズをのせ、仕上げにはちみつをかける。

エネルギー 326kcal

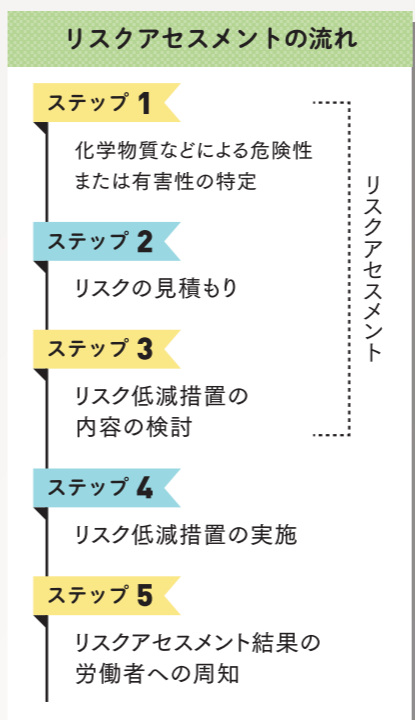


健康な職場のために

「健康」について、世界保健機関(通称WHO)では、「健康とは、身体的、精神的、社会的に完全に良好な状態であり、単に病気がないとか虚弱でないということではない」と定義しています。働く人の健康にとって、「職場」が良好な状態であることは、重要な要素です。今注目の職場の健康を保つためのポイントを紹介します。

職場の危険低減を目指す リスクアセスメント

リスクアセスメントは、2016年の労働安全衛生法の改正によって注目された手法で、職場にある化学物質



等の危険性や有害性を特定し、それによる労働者への危険などの程度を見積もり、優先度をつけた上でリスクの低減措置を行うものです。職場ごとに適切なリスクアセスメントを実施することによって、有害物質

に触れる機会が減少し、有害物質による傷害や疾病にかかるリスクが下がり、障害や疾病に起因するストレスや心的不安を遠ざける事がで

きます。その結果、健康的な肉体を維持し、働くことでより良い生活を送る事ができると考えられます。

化学薬品や環境によって引き起こされる傷害などのリスクを発見し、対処する事でより健康な職場を目指しましょう。

そのためには、作業環境測定を実施する事で自社の作業管理状況を把握することが大切です。私たち作業環境測定士は、専門的な視点からアドバイスを提供・測定の実施を行い、リスクの低減に貢献します。

健康経営にも重要！ 受動喫煙防止

2018年7月、受動喫煙の防止を目的とする改正健康増進法が成立しました。受動喫煙によってリスクが高まる病気には、肺がん、虚血性心疾患、脳卒中などがあります。その健康への影響の大きさから、健康経営のチェック項目にも「受動喫煙対策」が上げられています。

そのため、受動喫煙対策として喫煙室を設置されている企業も多いで

しょう。

しかし、喫煙専用室の煙の排気状態を確認するための定期的な測定は実施されているでしょうか？

喫煙専用室に対しては、およそ3か月以内ごとに1回以上定期的に測定するなど、たばこ煙の流出防止措置の効果確認が必要です。また、測定に当たっては、一般用風速計を用い、3年間は記録を保存することが望ましいとされています。喫煙室の効果を確認し、従業員の健康を確かに守るためにも、専門家による定期的な測定をおすすめします。



測定に使用するJIS T 8202に準拠した一般用風速計

環境測定に関するご用命があればご連絡ください。

新役員のお知らせ

令和3年6月11日の定時評議会・理事会の議決を経て、新しい体制でスタートしました。今後ともお引き立てのほど、よろしくお願いいたします。

代表理事会長	前川 道隆
理事長	河野 仁志
専務理事	馬場 郁子
常務理事	坂井 伸年
理事	早瀬 文敏
理事	熊谷 善昭
理事	森 慎二
監事	白丸 善博
監事	安武 雄一郎
監事	渡辺 正司
相談役	西谷 和武
参与	黒石 明
参与	廣野 和輝
参与	池上 匡亮

全衛連より、功績賞と奨励賞を頂きました



左)工藤誠一郎 右)大石哲也

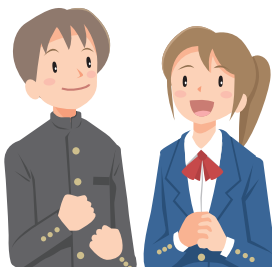
公益財団法人全国労働衛生団体連合会より、労働衛生関係の業務に対する功績が認められ、当法人の「情報部 工藤誠一郎」と「診療技術部 大石哲也」の両名が、令和3年度の功績賞と奨励賞を受賞いたしました。今後も、より一層の努力と誠実な対応で、労働衛生管理の啓発活動と後進の育成に努めてまいります。



(公財) 労衛研奨学金

2022年度

奨学生募集



(公財) 労衛研奨学生奨学金は、将来、医師や技師、看護師など医療職として地域医療に貢献する志を持って勉学に励む、人物・学業ともに奨学生にふさわしい方を支援するためのものです。当財団は内閣府認定の公益財団法人として高齢化社会に対応すべく、がんの撲滅、生活習慣病などの予防医学事業を推進しています。奨学金を利用して学校を卒業後、内閣府認定の当財団で勤務していただくことにより勤務期間によって奨学金の全額または一部が免除されます。

応募資格

医療職の資格を取得するために医療系の大学、専門学校等に在学する者又は入学を希望する者で、人物・学業とも奨学生としてふさわしく、経済的理由により授業料の納入が困難であると認められ、学校推薦を受けた者及びその他の生活困窮者で当財団が認めた者。
※各学校を卒業後、当財団に勤務する意志のある方を求めます。

形式

貸与・無利息(原則)

期間

在学する学校の正規の修学期間

貸与額

月額5万円・10万円

※希望により入学金、入学準備資金についても貸与する場合があります。ご相談ください。

お問い合わせ・申込は…



公益財団法人
福岡労働衛生研究所

〒815-0081 福岡市南区那の川1-15-5奨学金事務局(担当：中川)

申請

学校経由で、①奨学生願書 ②奨学生推薦書 ③健康診断書 ④成績証明書 ⑤家計維持者の収入証明書をご提出ください。

応募者に対しては面接にて応募書類の内容について確認させていただきます。

※①②の書式は弊所HP(<http://www.rek.or.jp/>)でもダウンロードできます。

募集期間

(2021年)10月から翌年1月中旬まで

※新入学予定の方は(入学を条件として)上記期間以降でも応募いただけます。また、募集期間は変更の可能性もありますので詳しくは事務局までお問い合わせください。

返還免除

当財団に就職した場合、勤務年数によって返還の免除があります。

※詳しくは奨学金事務局までお問い合わせください。

編集後記

新しい編集メンバーのもと、「あーだ、こーだ」と他愛もないことから、真剣なことまで意見を出し合い機関誌作成が始まりました。私自身、初めての経験で戸惑うばかりでしたが、完成した機関誌にホッとしました。これからも、みなさんにお届けし、ちょっとでも良かったと感じていただける機関誌を目指していきます。(のりはる)

秋といえば「読書の秋」と思いつく、数年手に取ることはない本。今年は、毎日数時間凝視しているスマホを本に持ち替えて秋を楽しみたい。今年も残すところあと2カ月。一日一日を大切にしていきたいものです。(とん)

あんなに暑かった夏も過ぎ、オリンピックも終わり、気づけば11月。コロナ、コロナの日常ですが「一陽来復」を願いたいと思います。いきいきREKは編集メンバーも一新して作成しました。最後までお読みになった方からのご意見・ご感想をいただければ幸いです。ぜひREK涉外担当までご連絡ください。(編集長代理)

古い時代が終わり、新しい時代の幕開けの年。この機関誌も心機一転、労衛研のサービスと共にお客様の元へ届く事を心より願っております。(オールドソルジャー)