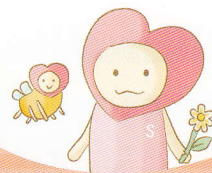


Active Life

アクティブ
ライフ



Vol.123
2021.9
[SEP]



令和3年度全国労働衛生週間実施要綱	2・3
事業所紹介「ダイニク株式会社」	4
人間ドックオプションランキング (男性・女性別)	5
財団からのお知らせ	
産業安全衛生講習会の開催のお知らせ	6
素材のちから「さつまいも」	6
健康一口メモ・編集後記	6

『煌き』

撮影場所:屋久島
写真提供:尾土井 悠氏

■ 認定・登録・指定等

- プライバシーマーク認定 (認定番号 第14200003)
- 日本総合健診医学会認定「優良総合健診施設」(認定 第368号)
- 品質マネジメントシステム「ISO9001」認証(滋賀保健研究センター診療所)(登録番号:3711JICQA)
- 労働衛生サービス機能評価機構(認定 第1号) ● 日本消化器がん検診学会認定指導施設(第127号)
- 労災保険二次健康診断等給付指定医療機関(労災指定番号:2512645)
- 全国健康保険協会管掌健康保険生活習慣病予防健診等契約機関
- 日本人間ドック学会認定(人間ドック健診施設機能評価)認定第396号 ● 健康経営優良法人2021

久しぶりに初心に戻って、水中の写真を選んでみました。なんで、そんなに魚の写真撮影することが好きなんです?と問われることが沢山あります。私が好んで撮影するのは、魚が、異性にアピールする瞬間や、魚の受精の瞬間です。生命を次の世代につなげるために全力で煌いている瞬間ですね。写真はフタイロハナゴイという魚のオスが真剣に、「僕をパートナーとして認めてよ。」とアピールしている瞬間です。写真を選んでいる現在、オリンピック選手から多くの感動を頂きました。みなさんの全力のプレイ、キラキラしていましたね。まだまだ苦しい時代ではありますが、やれることを頑張りながら、自分なりの最善を尽くしていきたいですね。

令和3年度全国労働衛生週間実施要綱

全体(主)スローガン:向き合おう! ころとからだの 健康管理

副スローガン:うつらぬうつさぬルールとともに みんなで守る健康職場

準備期間:9月1日から9月30日まで 本期間:10月1日から10月7日まで 主唱者:厚生労働省・中央労働災害防止協会 実施者:各事業場

1 趣 旨

全国労働衛生週間は、昭和25年の第1回実施以来、今年で第72回を迎える。この間、全国労働衛生週間は、国民の労働衛生に関する意識を高揚させ、事業場における自主的労働衛生管理活動を通じた労働者の健康確保に大きな役割を果たしてきたところである。

労働者の健康をめぐる状況については、過労死等事案の労災認定件数は、令和2年度には802件となっており、また、仕事や職業生活に関する強い不安、悩み又はストレスを感じる労働者は、依然として半数を超えている(平成30年労働安全衛生調査(実態調査))。このような状況の中、過労死等を防止するためには、働き方改革の推進と相まって、長時間労働による健康障害の防止対策及びメンタルヘルス対策の推進が必要である。

また、新型コロナウイルス感染症のり患による休業4日以上労働災害は、令和2年には6,000人以上発生しており、職場における新型コロナウイルス感染症の拡大防止のためには、事業場で留意すべき「取組の5つのポイント」をはじめ、各事業場の実態に即した感染予防対策を徹底し継続することが求められる。

さらに、高齢労働者が安心して安全に働ける職場環境づくりや労働災害の予防的観点から、健康づくりを推進していくことが求められている。このため、高齢労働者の安全と健康確保のためのガイドライン(エイジフレンドリーガイドライン)を策定し、健康づくり等の取組を推進していくこととしている。

日本の労働人口の約3人に1人が何らかの疾病を抱えながら働いている中で、職場において、病気を抱えた労働者の治療と仕事の両立への対応が必要となる場面が増えることが予想されることから、「事業場における治療と仕事の両立支援のためのガイドライン」の周知啓発等を進めることにより、企業の意識改革や地域における支援体制の強化を進めている。

化学物質に起因する労働災害については、特定化学物質障害予防規則などの特別規則の対象となっていない有害物によるものが全体の8割を占めている。こうした化学物質による健康障害を防止するため、関連法令に基づく取組の徹底に引き続き取り組むとともに、特別規則の対象となっていない化学物質による労働災害を防止するため、各事業場におけるリスクアセスメント及びその結果に基づいたリスク低減対策の実施を更に促進していくことが必要である。

また、職業がんの労災補償の新規支給決定者は、石綿による中皮腫・肺がんを中心に年間1,000人を超えている中で、石綿の製造・使用等が禁止される前に石綿含有建材を用いて建設された建築物が今なお多数現存しており、その解体工事が2030年頃をピークとして、増加が見込まれる中、解体・改修前に義務づけられている石綿の有無に関する事前調査や石綿の発散防止措置が適切に行われていない事例が散見される。こうしたことを踏まえ、令和2年7月に石綿障害予防規則を改正し、石綿によるばく露防止対策を強化したところである。

このような背景を踏まえ、今年度は、「向き合おう! ころとからだの 健康管理」を全体のスローガンとして全国労働衛生週間を展開し、事業場における労働衛生意識の高揚を図り、自主的な労働衛生管理活動の一層の促進を図ることとともに、新型コロナウイルス感染症の拡大防止に向けた副スローガンとして「うつらぬうつさぬルールとともに みんなで守る健康職場」を設け、事業場における更なる感染防止の徹底を呼び掛けることとする。

なお、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止の観点から、いわゆる“三つの密”(①密閉空間(換気の悪い密閉空間である)、②密集空間(多くの人が密集している)、③密接空間(お互いに手を伸ばしたら届く距離での会話や発声が行われる))を避けることを徹底しつつ、各事業場の労使協力のもと、全国労働衛生週間を実施することとする。

2 スローガン

全体(主)スローガン:向き合おう! ころとからだの 健康管理

副スローガン:うつらぬうつさぬルールとともに みんなで守る健康職場

3 期 間

10月1日から10月7日までとする。

なお、全国労働衛生週間の実効を上げるため、9月1日から9月30日までを準備期間とする。

4 主 唱 者

厚生労働省、中央労働災害防止協会

5 協 賛 者

建設業労働災害防止協会、陸上貨物運送事業労働災害防止協会、港湾貨物運送事業労働災害防止協会、林業・木材製造業労働災害防止協会

6 協 力 者

関係行政機関、地方公共団体、安全衛生関係団体、労働団体及び事業者団体

7 実 施 者

各事業場

8 主唱者、協賛者の実施事項

以下の取組を実施する。

- (1) 労働衛生広報資料等の作成、配布を行う。
- (2) 雑誌等を通じて広報を行う。
- (3) 労働衛生講習会、事業者間で意見交換・好事例の情報交換を行うワークショップ等を開催する。
- (4) 事業場の実施事項について指導援助する。
- (5) その他「全国労働衛生週間」にふさわしい行事等を行う。

9 協力者への依頼

主唱者は、上記8の事項を実施するため、協力者に対し、支援、協力を依頼する。

10 実施者の実施事項

労働衛生水準のより一層の向上及び労働衛生意識の高揚を図るとともに、自主的な労働衛生管理活動の定着を目指して、各事業場においては、事業者及び労働者が連携・協力しつつ、次の事項を実施する。

(1) 全国労働衛生週間に実施する事項

- ア 事業者又は総括安全衛生管理者による職場巡視
- イ 労働衛生旗の掲揚及びスローガン等の掲示
- ウ 労働衛生に関する優良職場、功績者等の表彰
- エ 有害物の漏えい事故、酸素欠乏症等による事故等緊急時の災害を想定した実地訓練等の実施
- オ 労働衛生に関する講習会・見学会等の開催、作文・写真・標語等の掲示、その他労働衛生の意識高揚のための行事等の実施

(2) 準備期間中に実施する事項

下記の事項について、日常の労働衛生活動の総点検を行う。

- ア 重点事項
 - (ア) 過重労働による健康障害防止のための総合対策に関する事項
 - (イ) 「労働者の心の健康の保持増進のための指針」等に基づくメンタルヘルス対策の推進に関する事項
 - (ウ) 新型コロナウイルス感染症の拡大防止に向けた取組の推進に関する事項
 - (エ) 「高年齢労働者の安全と健康確保のためのガイドライン」に基づく労働災害の予防的観点からの高年齢労働者に対する健康づくりの推進に関する事項
 - (オ) 化学物質による健康障害防止対策に関する事項
 - (カ) 石綿による健康障害防止対策に関する事項
 - (キ) 「職場における受動喫煙防止のためのガイドライン」に基づく受動喫煙防止対策に関する事項
 - (ク) 「事業場における治療と仕事の両立支援のためのガイドライン」に基づく治療と仕事の両立支援対策の推進に関する事項
 - (ケ) 「職場における腰痛予防対策指針」に基づく腰痛の予防対策の推進に関する事項
 - (コ) 「STOP! 熱中症 クールワークキャンペーン」に基づく熱中症予防対策の推進に関する事項
 - (サ) 「テレワークの適切な導入及び実施の推進のためのガイドライン」に基づく労働者の作業環境、健康確保等の推進に関する事項
- イ 労働衛生3管理の推進等
 - (ア) 労働衛生管理体制の確立とリスクアセスメントを含む労働安全衛生マネジメントシステムの確立をはじめとした労働衛生管理活動の活性化に関する事項
 - (イ) 作業環境管理の推進に関する事項
 - (ウ) 作業管理の推進に関する事項
 - (エ) 「職場の健康診断実施強化月間」(9月1日～9月30日)を契機とした健康管理の推進に関する事項
 - (オ) 労働衛生教育の推進に関する事項
 - (カ) 「事業場における労働者の健康保持増進の指針」等に基づく心とからだの健康づくりの継続的かつ計画的な実施に関する事項
 - (キ) 快適職場指針に基づく快適な職場環境の形成の推進に関する事項
 - (ク) 「副業・兼業の促進に関するガイドライン」に基づく副業・兼業を行う労働者の健康確保対策の推進に関する事項
 - (ケ) 職場における感染症(新型コロナウイルス感染症、ウイルス性肝炎、HIV、風しん等)に関する予防接種への配慮を含めた理解と取組の促進に関する事項
- ウ 作業の特性に応じた事項
 - (ア) 粉じん障害防止対策の徹底に関する事項
 - (イ) 電離放射線障害防止対策の徹底に関する事項
 - (ウ) 「騒音障害防止のためのガイドライン」に基づく騒音障害防止対策の徹底に関する事項
 - (エ) 「振動障害総合対策要綱」に基づく振動障害防止対策の徹底に関する事項
 - (オ) 「情報機器作業における労働衛生管理のためのガイドライン」に基づく情報機器作業における労働衛生管理対策の推進に関する事項
 - (カ) 酸素欠乏症等の防止対策の推進に関する事項
 - (キ) 建設業、食料品製造業等における一酸化炭素中毒防止のための換気等に関する事項
- エ 東日本大震災等に関連する労働衛生対策の推進
 - (ア) 東電福島第一原発における作業や除染作業等に従事する労働者の放射線障害防止対策の徹底に関する事項
 - (イ) 「原子力施設における放射線業務及び緊急作業に係る安全衛生管理対策の強化について」(平成24年8月10日付け基発0810 第1号)に基づく東電福島第一原発における事故の教訓を踏まえた対応の徹底に関する事項

※上記(2)準備期間中に実施する事項についての記載で、小項目(ア)以下については、省略しております。詳しくは厚生労働省から出されています原文をご覧ください。

事業所紹介

◆会社の特徴◆

「技術の優位性」「人の和」を経営理念に掲げ、優れたコーティング技術を駆使し業界をリードしています。資源のリサイクルを活発に行い、環境に配慮した工場を目指しています。地域との調和も大事にしている会社です。



◆事業内容◆

書籍装丁材、銀行用通帳表紙、
壁紙、接着芯地、品質表示ラベル、
高性能有機デバイス用乾燥剤、
各種フィルター材等の製造及び販売



◆衛生事業の取り組み◆

滋賀保健研究センター様には、定期健康診断、特殊健康診断、作業環境測定、インフルエンザの予防接種と一年を通じてお世話になっています。様々な情報の提供や、各種法改正の際にも迅速にご対応頂いております。これからも滋賀保健研究センター様のご協力を頂き、従業員の健康を守り、安全で快適な職場作りに努めて参ります。



〒522-0341 滋賀県犬上郡多賀町多賀 270 TEL0749-48-1717 fax0749-48-1961

URL : <https://www.dynic.co.jp>

人間ドックオプションランキング(男性・女性別)

最近では、受診者様の健康意識も高まり、年々オプション検査の申し込みが増えています。弊財団では、事業所などで実施される健康診断時にご受診いただくことができます。お手続きやお問合せにつきましては、渉外担当者もしくは、弊財団までお気軽にお問合せ下さい。



男性部門



第1位 前立腺検査

血液中のPSA(前立腺特異抗原)を測定し、前立腺肥大や前立腺がんを検査します。



第2位 CA19-9

膵がん、胆のう・胆管がんなどの消化器がんの発見のてがかりとなります。



第3位 AFP

肝がんの腫瘍マーカーとして用いられていますが、肝炎や肝硬変の指標としても用いられます。



第4位 CYFRA(シフラ)

主に肺がんのうち扁平上皮がん、腺がんなどの非小細胞がんでは特異性が高く、なかでも扁平上皮がんの早期発見に役立ちます。



第5位 P53抗体

比較的早期のがんで陽性となるので、早期発見に役立ちます。特に食道がん、肺がん、乳がん、肝臓がん、子宮がんなどに有用です。



女性部門



第1位 腫瘍マーカー女性セット

CA125、CA15-3、SECのセットです。



第2位 P53抗体

比較的早期のがんで陽性となるので、早期発見に役立ちます。特に食道がん、肺がん、乳がん、肝臓がん、子宮がんなどに有用です。



第3位 ヘリコバクターピロリ菌検査

ピロリ菌の有無を調べる検査です。ピロリ菌が胃壁に取り付くと、胃炎や消化性潰瘍を発生させる要因となります。



第4位 腫瘍マーカーセット

CA19-9、AFP、CYFRA(シフラ)、CEAのセットです。



第5位 CA19-9

膵がん、胆のう・胆管がんなどの消化器がんの発見のてがかりとなります。

- 第6位 ヘリコバクターピロリ菌検査
- 第7位 腫瘍マーカーセット
- 第8位 エラスターゼ1
- 第9位 脳梗塞リスクマーカー
- 第10位 胸部CT、内臓脂肪
- 第11位 胃がんリスク層別化検診
- 第12位 LOX-index
- 第13位 心臓血液検査
- 第14位 健康年齢
- 第15位 3次元眼底検査
- 第16位 胸部CT
- 第17位 樹木セット
- 第18位 CEA
- 第19位 甲状腺機能検査
- 第20位 ペプシノゲン

⋮

- 第6位 甲状腺機能検査
- 第7位 AFP
- 第8位 CEA
- 第9位 CA125
- 第10位 健康年齢
- 第11位 エラスターゼ1
- 第12位 CYFRA
- 第13位 脳梗塞リスクマーカー
- 第14位 胃がんリスク層別化検診
- 第15位 心臓血液検査
- 第16位 3次元眼底検査
- 第17位 SCC
- 第18位 ハウスダストセット
- 第19位 樹木セット
- 第20位 胸部CT、内臓脂肪

⋮

財団からのお知らせ

産業安全衛生講習会の開催のお知らせ

毎年9月～11月に開催しております産業安全衛生講習会ですが、昨年度は新型コロナウイルスの感染が拡大している状況を鑑み開催を見合せて頂きましたが、今年度は下記のスケジュールで開催の予定をしています。



10月	産業安全衛生講習会	湖南省	主催	公益社団法人	湖南工業団地協会
				一般財団法人	滋賀保健研究センター
11月	産業安全衛生講習会	野洲市	主催	一般財団法人	滋賀保健研究センター



素材のちから

「さつまいも」

石焼きいもの香ばしい香りが漂う季節になりましたね。実は、石焼きいものように時間をかけて加熱する作り方は、さつまいもの甘さを存分に引き出す調理法なのです。今回は、そんなさつまいもに秘められた効果についてご紹介します。

◆さつまいもの効果

1 免疫力向上

さつまいもには、免疫力を高めるビタミンCが多く含まれます。ビタミンCは熱に弱いビタミンですが、さつまいもに含まれるビタミンCはデンプンに守られているため、加熱しても壊れにくい特徴があります。

2 抗酸化作用

さつまいもの皮に含まれるクロロゲン酸はポリフェノールの一種で、抗酸化作用があります。抗酸化作用は、老化物質である活性酸素の働きを抑え、細胞の老化防止に役立ちます。細胞の老化を防止することによって、動脈硬化などの病気を防ぐ働きがあります。

3 整腸作用

さつまいもを切ると出てくる乳白色の液は、ヤラピンというさつまいも特有の物質で、腸を刺激し、腸の動き(蠕動運動)を促進させる働きがあります。さらに、さつまいもには便秘予防効果のある食物繊維も多く含まれるため、腸内の老廃物を排出し、腸内をきれいに整える効果が期待できます。

皮ごと食べましょう

クロロゲン酸やヤラピンはさつまいもの皮部分に多く含まれる物質です。褐色に変化することを防ぐために皮を厚くむくこともありますが、皮にも多くの栄養分が含まれているので、ぜひ皮ごと食べるようにしましょう。



健康一口メモ

猛暑が終わり、少しずつ過ごしやすい季節になりました。

でも、何となく体がだるい…と感じていませんか?それは「秋バテ」が原因かもしれません。秋バテとは、夏の暑さが和らぎ涼しくなったにも関わらず、体がだるい、疲れやすい、食欲がない、めまいがするなどの不調が続いている状態を言います。

原因は夏の間の冷房や冷たいものの摂りすぎによる自律神経の乱れに加え、寒暖差や低気圧の影響で起きます。対策としては、やや温め(38～40℃)の湯船にしっかり浸かる、適切な服装で温度差の管理をする、温かいものやビタミンの豊富な食べ物を食べることが有効です。早めの秋バテ対策で、夏の疲れを追い出しましょう! 管理栄養士 亀嶋 まこ

編集後記

コロナ禍で、休日も自宅で過ごすことがほとんどとなり、体を動かす機会もかなり減ってしまっています。

もともと、インドア派であるので日頃から何かスポーツをしていた訳ではないのですが、年齢とともに今まではさほど気にしていなかった体型も、いつの間にか悲しい状況になってきています。

スポーツの秋でもありますので、この機に何か体を動かすことを始めてみようかと考えています。

とは言いながらも、気合いを入れてスポーツを始めたとしても、逆に足腰を痛めてしまっは元も子もありません。

「継続は力なり」と言われますので、まずは身近なところから体を動かすことを意識付けして、半年後・一年後には結果が出るよう頑張りたいと思います。 総務部 渡辺 崇介