

Active Life

アクティブ
ライフ



Vol.137
2025.5
[MAY]



理事長講話「知識を使う力」	2
判定区分表記の変更内容	3
事業所紹介「JNCファイバース株式会社 守山工場 様」	4
検査のお話「ロコモティブシンドローム」	5
「健康経営優良法人2025(大規模法人部門)」に認定されました	6
第46期(2025年度)事業計画	7
2025年度フレッシュ職員紹介	8
健康一口メモ・編集後記	8

紫陽花寺として知られる近江八幡『長命寺』は、新緑の季節もオススメです。本殿裏にある落ちそうで落ちない巨岩、琵琶湖と三上山まで見える絶景などが楽しめます。健康のために808段の石段を登ってみませんか？

■ 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2025

理事長講話

知識を使う力

理事長 三原 卓



学習をするための重要かつ基本的な推論能力として知られるのは、周りの情報の統計的な分布を抽出する能力です。たとえば、大人は話すとき、単語ごとにポーズ（休止）を入れるわけではありません。ですから赤ちゃんが単語の意味を学習するためには、その前に音の塊としての単語を自分で見つけなければなりません。文を単語に切り分け単語を探していくのに、赤ちゃんは統計的な分析能力を駆使します。たとえば赤ちゃんは自分の母語で、単語の最初に来る確率が高い音、低い音、単語の最後に来やすい音、来にくい音などを分析し、それを使うことができます。単語の中でこの音が来たら次にはこの音が来やすいなどの、続きやすい音の並びも抽出します。

統計情報は、進化的に共有されている能力で、動物の学習ではもともと活躍する能力です。たとえばヒヒは、視覚提示されたアルファベットの並びを統計的に学習して、まだ学習していない新奇な単語が英語の単語か否かを判断できるようです。英語の単語も、単語の最初に来る確率が極端に低い文字や、ありそうにない文字列、単語の中で連続しやすい文字列があります。訓練によってヒヒはそれを学習することができたのです（もちろん単語の意味の理解はまったくしていません）。

このようなことを学習できるヒヒの能力にビックリされる方も多いかもかもしれません。この研究で示されたヒヒの学習は、音の並びの確率情報を検知し、単語を切り分けていく赤ちゃんの学習とそっくりです。

しかし、人間の赤ちゃんの統計情報の利用は、これにとどまりません。日本語を母語として学ぶ赤ちゃんは文の構造を分析するのに、助詞の統計情報も使います。「が」「は」「を」などの助詞は非常に頻度が高いので文を単語に切っていくのにも役立ちます。まず、「が」「は」「を」の前の音が一つの単語の終わりとなるので、これらの助詞は単語の終わりに来やすい音を検出しやすくします。言語の発達がもっと進んだ段階になると、「が」や「は」の前は動作をする人（主語）、「を」の前にくる単語は動作によって影響を受ける人やモノであることが多いことも発見します。助詞によってその前に来る単語の品詞を見極めるのです。知らない単語の意味を推論するとき、品詞の情報はもともと基本的で重要な情報です。名詞ならモノを、動詞なら動作や行為を指すという洞察が得られれば、単語の意味の学習は各段に加速します。人間の赤ちゃんは、ひとたび何かについての知識を得ると、すぐにそれを別の機会に適用し、別の知識の学習に使います。この「知識を使う力」つまり「知識が知識を創造する」というパターンは、人間以外の動物には見られないものです。

ところで最近のAIは既存の知識を組み合わせる新しい知識を生み出すことはできるようになってきました。しかし人間のように「飛躍的な概念形成」や「深い意味理解」を伴う知識創造はまだできません。ただし、今後の技術進化によってこの境界が変わる可能性はあります。

判定区分表記の変更内容

2025年度より、判定区分の表記方法が変わります。

境界域を**低値**、**高値**。**異常域**を**高度低値**、**高度高値**と表記いたします。

2024年度以前

異常域 (LL)	境界域 (L)	軽度異常 (BL)	正常域	軽度異常 (BH)	境界域 (H)	異常域 (LL)
-------------	------------	--------------	-----	--------------	------------	-------------



2025年度以降

D 要精密検査 要治療 (高度低値)	C 要再検査 生活改善 (低値)	B 軽度異常 (軽度低値)	A 異常なし (正常)	B 軽度異常 (軽度高値)	C 要再検査 生活改善 (高値)	D 要精密検査 要治療 (高度高値)
-----------------------------	---------------------------	---------------------	-------------------	---------------------	---------------------------	-----------------------------

判定記号(↓・↑、L・H 等)は下記の様に対応しています。

- ↓ ・ BL : 軽度低値 ↓ ↓ ・ L : 低値 ↓ ↓ ↓ ・ LL : 高度低値
○ ↑ ・ BH : 軽度高値 ↑ ↑ ・ H : 高値 ↑ ↑ ↑ ・ HH : 高度高値

個人通知(健康診断のお知らせ)の例

上記変更に合わせて、一部結果帳票の表記方法を変更しています。
健康診断のお知らせの場合、紙面右下、判定の読み方を新しい表記へ変更しています。



2024年度以前

コメント欄	判定の ↑ ↓ は軽度異常、↑↑ ↓ ↓ は境界域、↑↑↑ ↓ ↓ ↓ は異常域です
-------	--



2025年度以降

コメント欄	判定の ↑ ↓ は軽度高値・軽度低値、↑↑ ↓ ↓ は高値・低値、↑↑↑ ↓ ↓ ↓ は高度高値・高度低値です
-------	---

事業所紹介



安全常に 品質第一 人にやさしく



私たちは、守山市企業誘致第一号「日窒アセテート株式会社」として、1956年に創業しました。
現在では、熱接着性複合繊維（ES繊維）および工業向けカートリッジフィルターを製造しており、JNC繊維事業の基幹工場として、海外の生産拠点と連携しながら進化を続けています。

サステナビリティ活動

「明日につながる素材をつくり 化学の力で未来を守る」というキーメッセージと「安全常に・品質第一・人にやさしく」という工場モットーのもと、働きがいのある職場づくりや社会貢献活動を積極的に進めています。

また、工場内へビオトープを設置し「ゲンジボタル」の飼育に取り組むなど、生物多様性・環境保全にも取り組んでいます。

このような私たちの環境保全や安全への取り組みは、「しが生物多様性取組認証(2021年度)」、「緑化優良工場等 近畿経済産業局長賞(2023年度)」、「日本化学工業会 安全優秀賞(2024年度)」など高い評価を頂きました。



健康経営への取組み

「健康経営の推進による健康な職場づくり」を宣言し、従業員の健康維持・増進に取り組んでいます。
健康診断やストレスチェックなど 滋賀保健研究センター様のご協力を得ながら、従業員の健康増進・意識向上を進めてきました結果、私たちの取り組みに対し2024年度に「健康経営優良法人」、2025年度には「健康経営優良法人 2025(ネクストブライツ1000)」の認定を頂くことができました。

私たちは、今後も従業員の健康改善に取り組み、より良い職場環境の実現に努めてまいります。

JNCファイバース株式会社 守山工場

JNCフィルター株式会社 守山事業所

〒524-0001 滋賀県守山市川田町230番地 TEL:077-582-3575



2025
健康経営優良法人
KENKO Investment for Health
中小規模法人部門
ネクストブライツ1000

検査のお話

ロコモティブシンドローム

保健師 大谷 瑞稀

ロコモティブシンドローム(運動器症候群)は、通称ロコモとも呼ばれ、骨・関節・筋肉・神経系などの運動器が加齢の影響により衰えている、又は衰え始めている状態のことです。運動器の衰えは、歩く、立つといった日常生活に必要な移動能力の低下を招きます。高齢者だけでなく、早い人では40歳頃から始まる人もいます。

また引きこもりにもつながり、メタボリックシンドロームや認知症を合併する恐れもあり、ロコモの予防と改善のためには、早めの対処が必要です。

〈体の危険信号:7つのロコチェック✓〉

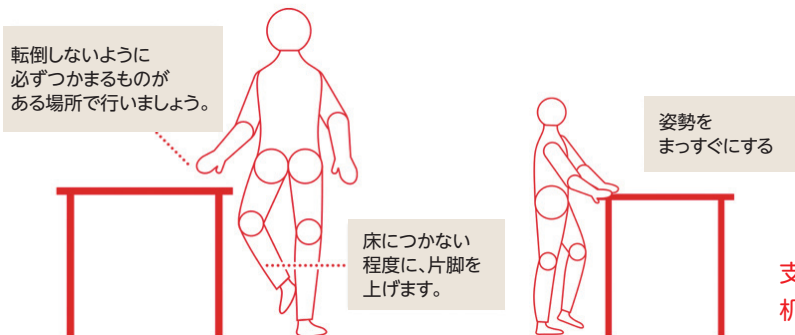
- 片足立ちで靴下がはけない
 - 家の中でつまずいたり滑ったりする
 - 階段を上るのに手すりが必要
 - 横断歩道を青信号で渡りきれなくなった
 - 15分くらい続けて歩けない
 - 2kg程度(1ℓの牛乳パック2個程度)の買い物の持ち帰りが困難
 - 掃除機の使用、布団の上げ下ろしなど家の中のやや重い仕事が困難
- 何気ない日常生活の内、7つの動作で1つでも当てはまると、ロコモの心配があります。

〈ロコモティブシンドロームを予防しよう!〉

ロコモーショントレーニング(ロコトレ)のすすめ

①片脚立ち:バランス能力をつける

床に着かない程度に片足を上げます。必ずつかまるものがある場所で行いましょう。左右1分ずつ、1日3回行いましょう。



支えが必要な人は十分注意して、机に手や指をつけて行います。

②スクワット:下肢筋力をつける

- ・足を肩幅に広げて立ちます。
- ・おしりを引くように2~3秒間かけてゆっくりと膝を曲げゆっくり元に戻します。
- ・膝がつま先より前に出ないようにし、90度を大きく超えないようにしましょう。
- ・息を止めないようにして、深呼吸をするペースで5~6回繰り返します。これを1日3回行いましょう。
- ・痛みを感じた場合は、お尻を下ろし過ぎないようにしたり、机などを支えに使ったりしてみてください。



スクワットができないときは、椅子に腰かけ、机に手をついて立ち座りの動作を繰り返します。机に手をつかずにできる場合はかざして行います。

参考:日本整形外科学会

「健康経営優良法人2025(大規模法人部門)」に認定されました

この度「健康経営優良法人2025(大規模法人部門)」に一般財団法人滋賀保健研究センターが7年連続で認定されました。

健康経営優良法人認定制度とは、特に優良な健康経営を実践している

大企業や中小企業等の法人を「見える化」することで、従業員や求職者、関係企業や金融機関などから社会的な評価を受けることができる環境を整備することを目的に、日本健康会議が認定する顕彰制度です。

本制度では、大規模の企業等を対象とした「大規模法人部門」と、中小規模の企業等を対象とした「中小規模法人部門」の2つの部門を設けています。

「健康経営優良法人」に認定されると、「健康経営優良法人」ロゴマークの使用が可能となる他、自治体や金融機関においてさまざまなインセンティブが受けられます。(経済産業省ホームページから)

弊財団ではお客様の満足を得られる事業を推進するためには、従業員自身が健康かつ笑顔でサービスの提供をすることを第一に考え、継続的な健康経営の推進に取り組んでいます。今後も従業員の健康保持・増進を進め、より良い健診サービスが提供できるよう努めてまいります。



2025
健康経営優良法人
KENKO Investment for Health
大規模法人部門



より良い健診サービスの提供をめざします!!



第46期(2025年度)事業計画

〔基本方針〕

1. 品質管理・個人情報保護・環境管理・リスク管理等のマネジメントシステムを活用し、信頼される総合健康管理機関として活動する。
2. 従業員の健康維持向上のため健康経営を実践する。
3. 事業収入及び営業利益の目標を達成する
4. 各種健康診断・健康づくり・環境管理の事業に関わる法規の改正に、迅速な対応と工夫で顧客満足の更なる向上を目指す。
5. 更なる作業の効率化を推進して、就労時間等の短縮を図り全従業員が働き方改革を進める。
6. 目標管理活動の実践と有効な資格取得に努める。
7. 社会のニーズに適合したコンピュータシステムの構築を実践する。

〔各種事業〕

1. 健康診断事業
 - 職域健康診断・地域健康診断・学校健康診断
 - 1) 職域健康診断事業
 - ア) 受診者数の増加を図る。(施設健診を充実する)
 - イ) 特殊健康診断の省令変更に対応する。
 - ウ) 労災保険二次健康診断事業の推進を図る。
 - エ) 健康管理手帳保持者の健康診断事業に協力する。
 - オ) 協会けんぽが実施する生活習慣病健診、付加健診の受診者数増加を図る。
 - カ) 健康保険組合と連携して人間ドック健診の受診者数増加を図る。
 - 2) 地域健康診断事業
 - ア) 各市町が実施する健康診断事業の受診者数増加に協力する。
 - イ) 各種がん検診事業の普及に協力する。
 - 3) 学校健康診断事業
 - 心電図検査、尿検査、血液検査等の県及び各市町の事業に協力する。
2. 健康づくり事業（公益目的支出計画事業）
 - 1) 労働安全衛生法に基づく「定期健康診断における有所見率の改善に向けた取り組み」を支援する。
 - 2) 健康診断の事後措置を支援する。
 - 3) 健康保険組合及び事業場と連携し、ICTを用いて特定保健指導(動機づけ支援・積極的支援)の増加を図る。
 - 4) 職場におけるメンタルヘルス対策を支援する。
 - 5) 各地域が実施する健康づくり啓発事業等に協力する。
 - 6) 保健衛生関連情報を発信し、健康管理への意識向上に寄与する。
 - ア) 機関紙を定期発行する。
 - ・「アクティブライフ」を発行する。
 - ・「へるす」を発行する。

- イ) ホームページを活用して「安全管理」「衛生管理」等の最新情報を提供する。
 - ウ) 産業安全衛生活動を支援する。
 - ・産業安全衛生講習会を開催し、産業保健衛生の知識向上を図る。
 - ・「安全管理」「衛生管理」「環境管理」に関わる講習会・研修会等へ講師を派遣する。
 - 7) 保健衛生関係の調査研究の成果を関連学会等で発表し、健診分野の発展に寄与する。
3. 環境管理事業
 - 1) 作業環境測定の実施と測定結果に基づく措置への説明と指導を充実する。
 - 2) 局所排気装置定期自主検査の結果に基づき、作業環境の改善等を支援する。
 - 3) 環境計量証明事業（音圧レベル・振動加速度レベル）を支援する。
 - 4) マスクフィットテスト測定の市場を拡大推進する。

〔参画と支援〕

- 1) 医師会等が行う各種事業への参画と支援を行う。
- 2) 産業保健総合支援センター等が行う各種事業への参画と支援を行う。
- 3) 労働基準協会が行う各種事業への参画と支援を行う。

〔信頼される総合健康管理機関としての使命〕

- 1) 法令を遵守し倫理の向上に努める。
- 2) 品質管理システム（ISO9001）の仕組みを活用し、各種サービスの品質維持向上を目指す。
- 3) プライバシーマークの仕組みを活用し、個人情報を確実に保護する。
- 4) ネットワークシステムの安全管理を励行し、情報漏洩、事故防止に努める。
- 5) 精度管理の維持向上を行い正確な結果を迅速に報告する。
 - ア) 全国労働衛生団体連合会、日本総合健診医学会、日本作業環境測定協会等が実施する外部精度管理事業へ参画し精度の維持向上に努める。
 - イ) 成績管理委員会で精度管理の維持向上に努める。
 - ウ) 各種認定医、技師等の養成を行い精度の向上に努める。
 - エ) 内部外部の教育機会を充実し、能力向上に努める。
- 6) ICT等を用いた健康診断のシステムを構築し、お客様の満足度向上と内部外部の効率化を図る。





2025年度 フレッシュ職員紹介

皆様よろしく
お願いいたします!

システム課



業務部



健診アシスタント



診療放射線技師



臨床検査技師



保健師



健康
一口メモ

新年度から1ヶ月が経ち、少しずつ環境に慣れてきましたか? 無気力で仕事に集中できないといった症状が出たら、要注意です。これは「5月病」といわれており、誰にでも起こり得るものです。

5月は環境の変化によってストレスがたまりやすい時期です。ストレスが溜まると、心身は適応能力の限界を超え、やる気が出ない・不安感・食欲不振・腹痛・頭痛・過食・お酒の量が増えるなど心や体に何らかの症状が現れます。そのため、これらの不調に気づいたら早めに対処することが大切です。予防には、十分な休息をとったり、ストレスを発散したり、周りの人に頼るなどしてみましょう。不安やうつ状態が強い場合は、うつ病など心の病につながるため、専門の医療機関(心療内科、精神科など)を受診しましょう。保健師 大谷 瑞稀

編集後記

新緑が鮮やかな季節になりました。青空も葉の間から降り注ぐ光も美しいですね。

暑さ寒さを気にしないでいい爽やかな時期は、日帰り旅行をしたい気分です。

そして、季節の変わり目は生活のリズムを崩してしまいがちです。栄養バランスの良い食事と睡眠を十分にとって、日々の健康に備えましょう。

業務部 中西 邦夫

