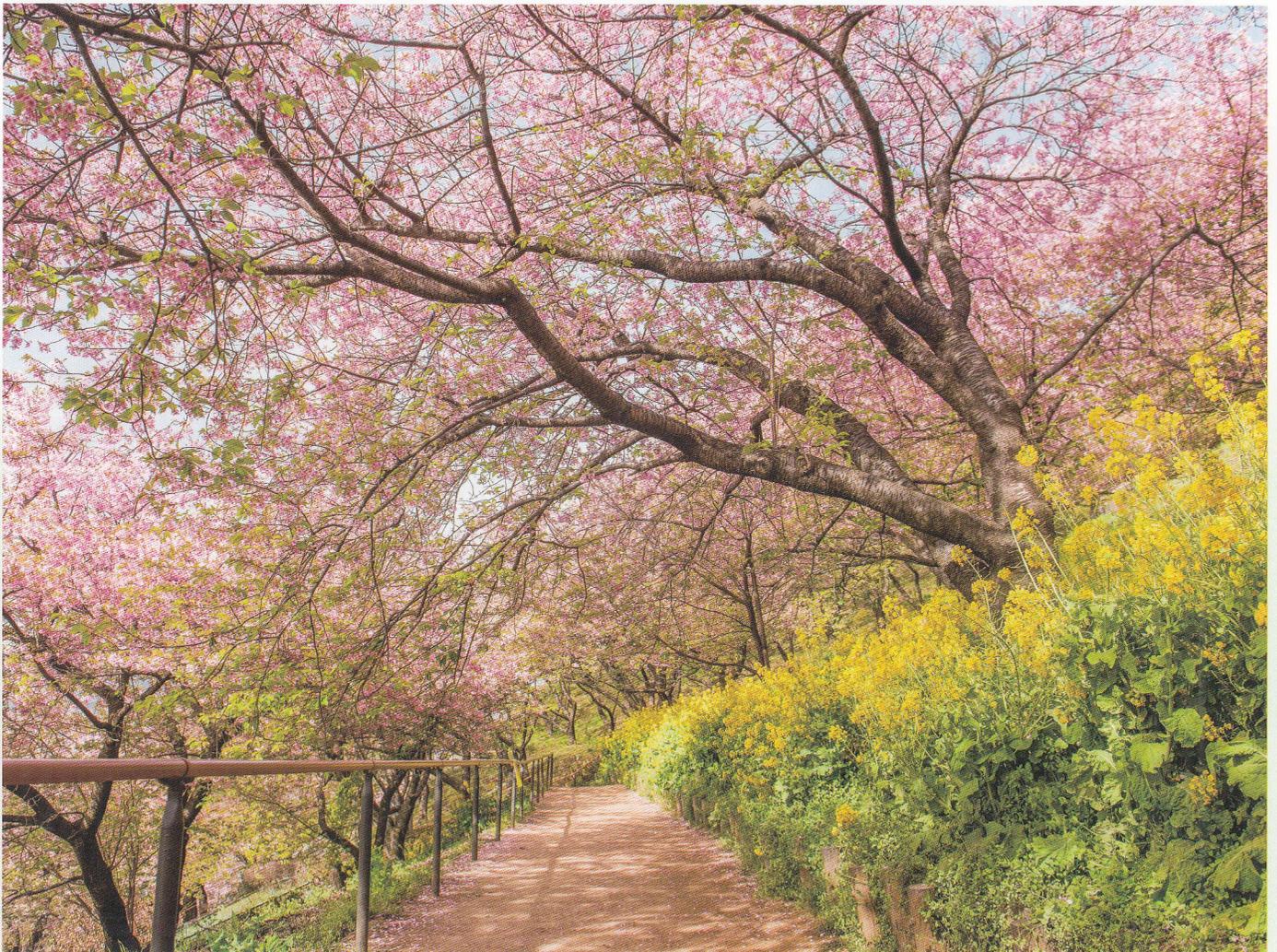


Active Life

アクティブ
ライフ



Vol.121
2021.5
[MAY]



理事長講和……………2
第93回産業安全衛生講習会の報告 ……3
事業所紹介「明石機械工業株式会社」 ……4
BM-21(胸部・胃部X線検診車)の整備/
健康経営優良法人2021(大規模法人部門)認定
……………5
第42期(2021年度)事業計画……………8
健康一口メモ・編集後記……………8

『彩りの並木道』

撮影場所:神奈川県 松田町
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)
- 防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

コロナ禍の中、日々の生活の中に彩りが減ったように思います。お出かけして、綺麗な景色を眺めたり、鮮やかな色合いの料理を目で楽しんだり。富士山と河津桜を観に例年なら多くの人で賑わう、こちらの公園も、桜祭りが中止となり、ひっそりとしておりましたが、そんな中でも木々は鮮やかな春を告げていました。ワクチンの話も出てきて、もう一息でしょうか。次の春は心から春の訪れを楽しみたいですね。もう少しの辛抱を。

理事長講話

驚くという能力

理事長 三原 卓

今も新型コロナウイルスの流行が続いています。しかし昨年4月、5月の緊急事態宣言の時に較べると今年のそれは明らかに人手が減っていませんでした。人々が新型コロナウイルスに慣れて来たと言われています。つまり、余り驚きが無くなって来たと思われます。認知心理学者のダニエル・カーネマンはその著書（Thinking, Fast and Slow）の中で人間の驚く能力について以下の様に述べています。

『驚くという能力は私たちの心の活動では重要な要素であり、驚き自体が、自分の世界をどう理解し何を予想しているかを端的に表す。予想は、大きく二つに分けることができる。一部の予想は能動的で意識的だ。これから起きることを待ち受けているときなどがそうだ。その時間が近づくと、にぎやかな声が出て、子供たちが学校から帰って来る。ドアを開けると、聞き慣れた子供たちの声が出る — そうあなたは予想する。このように能動的に予想していたことが起きなかったとき、あなたは驚く。しかし実際には、受動的に予想している出来事のほうがずっと多い。つまりあなたはその出来事を待ち構えてはいない。ところがそれが起きても驚かない。（これらは能動的に予想するほど発生確率は高くないものの、状況によってはごくあたりまえの出来事だ。）何故なら偶発的な出来事が一度でもあると、再発時の驚きは小さくなるからだ。この主な機能は、あなた自身にとっての世界を表すモデルを自動更新することにある。このモデルは、一言で言えば「あなたの世界では何が正常か」を表す。周囲の状況、さまざまな事象、行動、その結果（同時または短時間内にはほぼ規則性をもって起きる結果）を連想によって関連づける作業を通じて、モデルは構築される。関連づけが強化されるにつれ、あなたの生活に起きるさまざまな事象の構造が連想観念パターンで代表されるようになる。そしてあなたが現在のことをどう解釈するか、将来のことをどう予想するかは、このパターンによって決まる。』

即ち昨年4月頃はまだ新型コロナウイルスについて経験が無く、驚きがあったけれども1年経つと自分自身の世界を表すモデルが自動更新され、それ程驚くものではなくなったと言う事になります。本来人間に備わっており、生存に必要な機能が仇になっているのは何とも皮肉と言う他ありません。しかし一方で人間は自分の考えを持って自ら選択し、何を考えどう行動するかを自分で決める意識的で論理的な思考モードを持っており、それによってこれからのwith covid-19の生活を乗り切りたいものです。



第93回産業安全衛生講習会の報告

日時	2021年3月17日(水) 13:30~14:30
会場	湖南省水戸まちづくりセンター
演題	「コロナ禍の運動不足解消と腰痛予防について」
講師	一般財団法人 滋賀保健研究センター 健康運動指導士 吉富 ほなみ
主催	公益社団法人 湖南工業団地協会
共催	一般財団法人 滋賀保健研究センター

毎年9月に公益社団法人 湖南工業団地協会様と共催で産業安全衛生講習会を実施しております。しかし、新型コロナウイルス感染症拡大の状況から実施を見合わせておりました。

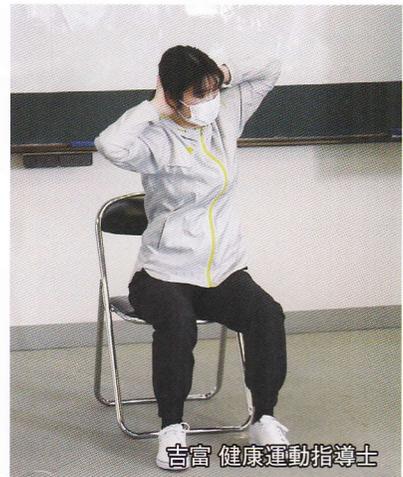
コロナ禍も1年が経ち、生活様式や仕事のスタイルが変わり、感染対策の徹底とWebを利用したリモート会議が広く普及してまいりました。そこで、Webでの受講もできるようにすることで、会場の密を防ぎ、3月に実施することができました。

【講演概要】

冒頭に公益社団法人 湖南工業団地協会 会長 中作 佳正様から開会のご挨拶がございました。そして、弊財団健康運動指導士の吉富 ほなみによる運動不足解消と腰痛予防に効果がある運動を受講者の皆さんと一緒に行いました。最後に、弊財団理事長の三原 卓が閉会の挨拶を行い閉会しました。

【講演内容】

腰痛は、腰に負担のかかる姿勢を長時間続けることで引き起こされると言われています。同じ姿勢を続けていると筋肉が緊張し、血液の循環が悪くなり痛みを発症するリスクが高くなります。まずは、少しの時間で簡単にできる運動を行い、筋肉をほぐし、血流を良くすることが大切です。また、自然な呼吸を続けながら行うことで、緊張がほぐれ自律神経が整いリラックス効果も期待できます。



吉富 健康運動指導士



Web受講



全景

事業所紹介



明石機械工業株式会社

私たちが目指すもの

私たち明石機械工業株式会社は、自動車の駆動系部品、シャシー系部品、エンジン系部品および建設・産業機械用の油圧部品を基幹事業とし、Q・C・Dすべての分野でグローバルな競争力を持つ『総合機能ユニット専門メーカー』を目指しております。

◆会社概要◆

設立 1946年11月25日
資本金 10億円
事業内容 自動車の駆動系部品、シャシー系部品およびエンジン部品開発・製造・販売
 建設業界向け油圧部品の開発・製造・販売
 産業用ロボット向け工作機械用ギヤの製造・販売
本社所在地 〒675-1111 兵庫県加古郡稲美町印南2337番地
代表者 代表取締役社長 水谷 誠
売上高 【連結】875億円 【単独】703億円(2019年度) ※連結は参考値
従業員数 【連結】1,895人 【単独】1,415人(2019年度)
株主 ダイハツ工業株式会社 89.70%
 川崎重工株式会社 10.10%
 その他 0.20%
国内拠点 5拠点
 【兵庫県】本社工場(明石地区・土山地区)、油圧精機工場、工機工場
 【滋賀県】滋賀工場
海外拠点 【福岡県】九州工場
 2拠点 インドネシア・マレーシア

主要納入先 ダイハツ工業株式会社
 ダイハツ九州株式会社
 日産自動車株式会社
 三菱自動車工業株式会社
 川崎重工株式会社
 キャタピラー・ジャパン株式会社
 キャタピラー社
 株式会社クボタ
 ダイハツディーゼル株式会社
取得認証 ISO9001/IATF16949(品質)
 ISO14001(環境)



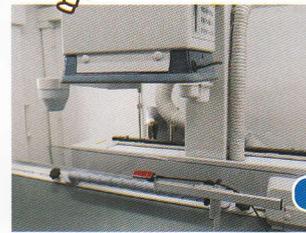
◆衛生事業の取り組み◆

滋賀保健研究センター様には、定期健康診断、特定業務従事者健診、雇入れ時健診、特殊健康診断(年2回)、インフルエンザの予防接種、と1年を通してお世話になっております。また、予防につながる健康の情報提供や、各種法改正の際にも迅速にご対応頂いております。健康診断の結果は、従業員の健康管理や生活習慣を見直すきっかけとしており、これからも従業員の健康意識向上と安全で快適な職場づくりに努めてまいります。

BM-21号車(胸部・胃部X線検診車)を整備しました。



胸部X線装置



胃部X線装置

今回の検診車の大きさは、全長9m、幅2.49m、高さ3.62mです。小回りが利くように9m以内に抑えました。架装したトラックは、最新型の車両のため歩行者や車への衝突防止安全機能が搭載されています。

内部の엑스線装置の配置は、従来の検診車と同様中央部に胸部、胃部の装置が1台ずつ配置されています。今回もX線装置は、X線量が少なくても鮮明な画像が写し出される高感度装置を搭載し、被曝軽減に努めました。

今後も皆様の早期がんの発見に寄与していく所存です。

「健康経営優良法人2021(大規模法人部門)」に認定されました。



2021
健康経営優良法人
Health and productivity

経済産業省及び厚生労働省と共に、日本健康会議が推進する「健康経営優良法人2021(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認定されました。

健康経営優良法人認定制度とは、地域の健康課題に即した組織や日本健康会議が進める健康増進の取り組みをもとに、特に優良な健康経営を実践している企業、団体を顕彰する制度です。

当財団では、お客様の満足を得られる事業を推進するためには、職員が健康で笑顔でサービスを提供することが第一と考え、「健康経営優良法人2019(大規模法人部門)」認定から継続して取り組んでいます。今後も職員の健康保持・増進に努め、より良いサービス提供に努めます。



第42期(2021年度)事業計画

一般財団法人 滋賀保健研究センター

【基本方針】

- 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。
- 健康経営を実践する。
- 事業収入及び営業利益の目標を達成する。
- 各種健康診断・健康づくり・環境管理の事業に関する法規の改正に、迅速な対応と工夫で顧客満足の更なる向上を目指す。
- 更なる作業の効率化を進め、全部署が就労時間の短縮を図り、働き方改革を進める。
- 職員個々が自己研鑽を行い、具体的な目標管理活動の実践と有効な資格取得に努める。
- 社会ニーズに適合した健康管理のコンピュータシステムへの改修を続ける。

【各種事業】

- 健康診断事業
 - 職域健康診断・地域健康診断・学校健康診断
 - 職域健康診断事業
 - 各種健康診断の受診率向上を図る。
 - 特殊健康診断の省令変更に対応する。
 - 労災保険二次健康診断事業の拡大を図る。
 - 健康管理手帳保持者の健康診断事業に協力する。
 - 協会けんぽが実施する生活習慣病健診受診者の拡大を図る。
 - 健康保険組合と連携して人間ドック健診受診者の拡大を図る。
 - ストレスチェックの運用充実を図る。
 - 地域健康診断事業
 - 各市町が実施する健康診断事業の受診率向上に協力する。
 - 各種がん検診事業の普及拡大に協力する。
 - 学校健康診断事業
 - 心電図検査・血液検査・尿検査等の県及び各市町の事業に協力する。
 - 健康づくり事業(公益目的支出計画事業)
 - 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組み」を支援する。
 - 健康診断の事後措置を支援する。
 - 健康保険組合及び事業場と連携して、特定保健指導(動機づけ支援・積極的支援)を推進拡大する。
 - 職場におけるメンタルヘルス対策を支援する。
 - 各地域が実施する健康づくり啓発事業等に協力する。
 - 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。
 - 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) 学術向上を目的として保健衛生関係の調査研究の成果を関連学会等において発表または投稿して、健診・医療分野の発展に寄与する。
- 3. 環境管理事業
 - 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。
 - 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。
 - 環境計量証明事業(音圧レベル・振動加速度レベル)を推進する。

【参画と支援】

- 医師会等が行う各種事業への参画と支援を行う。
- 産業保健総合支援センター及び各地域産業保健センターが行う各種事業への参画と支援を行う。
- 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】

- 法令を遵守し倫理の向上に努める。
- 品質管理システム(ISO9001)の仕組みを活かし各種サービスの品質を保証する。
- プライバシーマーク認定機関として個人情報を確実に保護する。
- ネットワークシステムの安全管理を励行し、情報漏洩の防止に努める。
- リスク管理システムの仕組みを活かし事故防止に努める。
- 精度管理に努め、正確な結果を迅速に報告する。
 - 日本総合健診医学会・全国労働衛生団体連合会・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向上に努める。
 - 内部精度管理を継続的に実施し、精度の維持と向上に努める。
- 成績管理委員会を中心に成績管理の充実に努める。
- 検査技術の向上を目指し、各種認定技師の養成に努める。
- 内部教育を充実し、職員の資質向上に努める。



健康一口メモ

新年度が始まり1ヶ月が経ちました。新しい環境になり、忙しさや疲れで朝食をとらない方もいらっしゃるかもしれません。しかし、朝食には胃袋を満たすだけではなく、とても重要な役割があります。

朝食を抜くと脳のエネルギーが不足して、集中力や記憶力の低下などにつながります。脳のエネルギーになるのは主にブドウ糖ですが、ブドウ糖は体内に貯めておくことができないため、食事でのる必要があります。また、朝ごはんを食べずに体が飢餓状態になると、食べたものを貯め込もうとするため、かえって太りやすくなります。

忙しくて食べる時間がない人は、まずは飲み物やおにぎりなど、朝に何か口に入れるという習慣を作ることから始めてみましょう。

管理栄養士 杉田 歩美

編集後記

5月の第2日曜日といえば「母の日」ですね。我が家では姉と一緒に贈り物を考えるのですが、毎年何を贈ろうかと頭を悩ませます。母の日といえばカーネーションが代表的ですが、最近は花や物のプレゼントだけでなく、グルメやエステ券なども主流だそうです。食べるのが好きな母に、今年はお菓子やお肉のプレゼントでも良いかなと記事を書きながら考えています。

皆様は母の日のプレゼントの用意はしましたか? コロナウイルス感染症拡大を受け、会える機会が減った今年こそ、感謝の気持ちとともに贈り物を準備してはいかがでしょうか。 健康管理部 亀嶋 まこ

