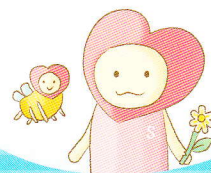
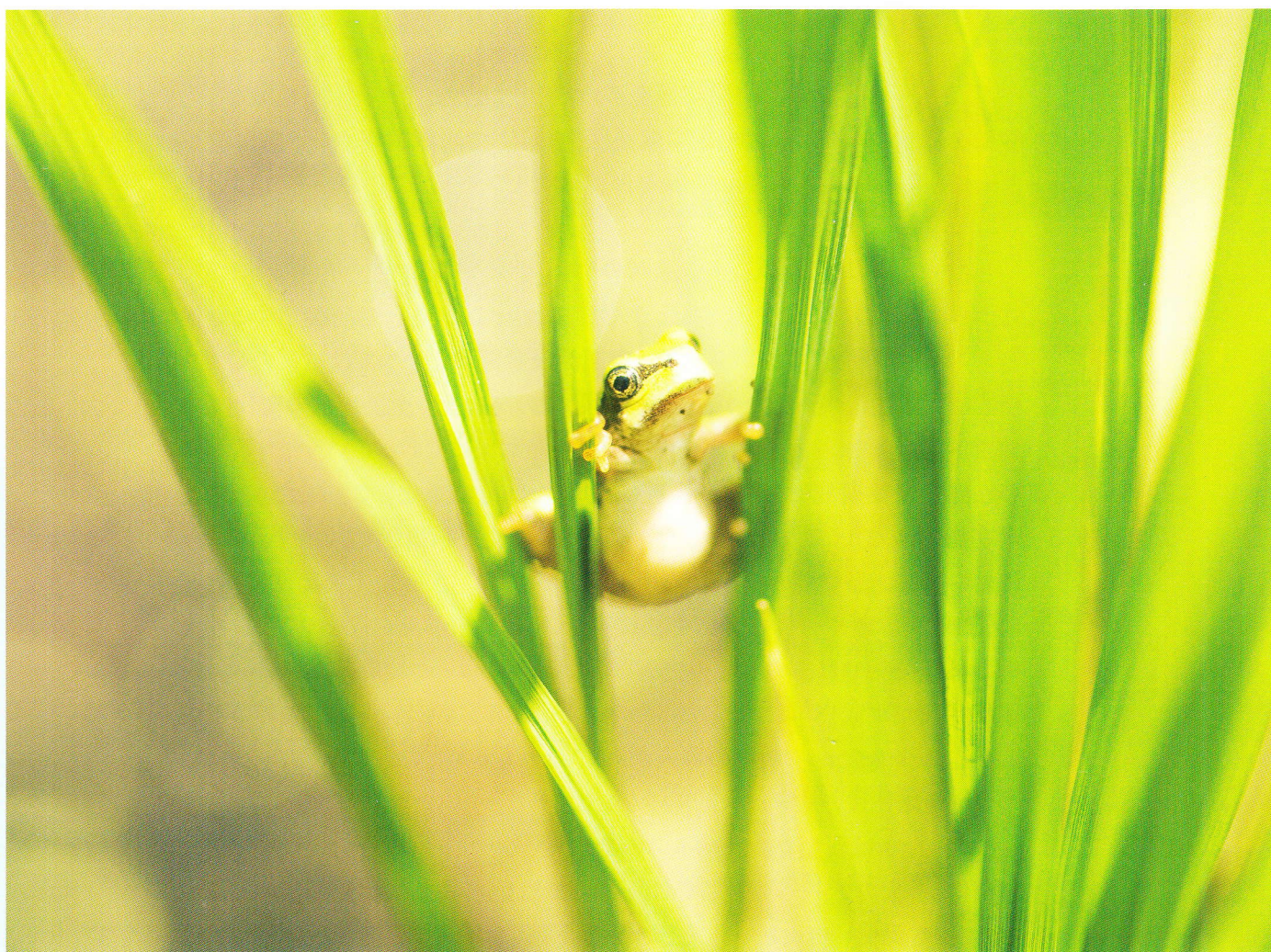


Active Life

アクティブ
ライフ



Vol.118
2020.7
[JUL]



理事長就任のご挨拶	2
令和2年度全国安全週間実施要綱	3
事業所紹介「夏原工業株式会社」	4
「糖質オフ」「糖質ゼロ」ってどう違う?	5
2020年度フレッシュ職員紹介	6
健康一口メモ・編集後記	6

『耐える』

撮影場所:甲府市内
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)
- エコアクション21認証(登録番号 0003711) ●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2020

そろそろ、田んぼでカエルが鳴き始めるころですよ。多分、そこを登って行っても、自分の重みで、稲は倒れて、また、田んぼに落ちていく。でも、この子は一生懸命。無駄に思うことや嫌なこともひとまず耐える。それも経験ですよ。まだまだしばらく、コロナウィルスの流行から耐える生活が続きそうですが、新しい生活様式へ順応するために、少し慣れないリモートワークなどに耐えてみませんか。



就任のご挨拶



滋賀保健研究センター

理事長 三原 卓

私は長年、大津市にて開業医を務めて参りました。その際にも地域などの健診を行っていました。少し前に開業医を引退して臨床医療から予防医療へウェイトを移していましたが今回滋賀保健研究センターよりこのお話を頂きお引き受けする事となりました。

ところで、職場における健康診断のうち、労働安全衛生法第66条第1項に基づく健康診断を一般健康診断と呼んでいます。このうち、常時使用する労働者すべてを対象として毎年実施する定期健康診断は、かつては結核の発見を中心とした健康診断でしたが、最近の労働者の高齢化や労働環境の変化により健康診断の目的も生活習慣病、作業関連疾患対策に変わってきています。われわれ滋賀保健研究センターの仕事もそれに合わせて変化してきました。そして現在働く人の2人に1人は健康診断で何らかの所見が指摘されています。ちなみに血中脂質、肝機能、血圧が有所見御三家です。さらに、じん肺法に基づくじん肺健康診断や労働安全衛生法に基づく特殊健康診断を行なって職業性疾患の早期発見や暴露の実態の把握を行なっています。また精神障害等の労災補償状況が平成18年に205名だったのが平成30年に498名と増加したのは平成27年のストレスチェック制度の導入があり、それも実施しています。またその他、学童や地域住民の健診、人間ドックも併せて行なっています。

さて、今年は新型コロナウイルスの全世界パンデミックにより健康のみならず、経済にも多大のダメージが生じており、今までとは全く異なる世界が現れています。そして滋賀保健研究センターにもその影響は及んでおります。今後新たなパラダイムシフトが生じるものと覚悟しており、それに対して備えて行かなければならないと考えております。つきましては引き続き皆様方からのご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

全国安全週間

令和2年度全国安全週間実施要綱

1 趣 旨

全国安全週間は、昭和3年に初めて実施されて以来、「人命尊重」という基本理念の下、「産業界での自主的な労働災害防止活動を推進し、広く一般の安全意識の高揚と安全活動の定着を図ること」を目的に、一度も中断することなく続けられ、今年で93回目を迎える。

この間、事業場では、労使が協調して労働災害防止対策が展開されてきた。この努力により労働災害は長期的には減少しており、令和元年の労働災害については、死亡災害は前年を下回る見込みである。しかし、休業4日以上之死傷災害については、前年を下回る見込みであるものの、死傷災害のうち、60歳以上の労働者が占める割合は増加傾向にあり、平成30年度より取組期間が始まった、第13次労働災害防止計画における死傷者数の目標達成に向けては、更なる取組が求められる。

また、健康寿命とともに職業生涯が延伸し、高年齢労働者が職場においてより大きな役割を担うようになる中、多様なニーズをもつ高年齢労働者が安心して安全に働くことができるよう職場環境を改善していくことが求められていることから、厚生労働省では、高年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）を策定するとともに、中小企業を支援するエイジフレンドリー補助金を創設し、職場改善の取組を促すこととしている。

このような状況を踏まえ、更なる労働災害の減少を図ることを決意して、令和2年度全国安全週間は、以下のスローガンの下で取り組む。

エイジフレンドリー職場へ！ みんなで改善 リスクの低減

2 期 間

7月1日から7月7日までとする。

なお、全国安全週間の実効を上げるため、6月1日から6月30日までを準備期間とする。

3 主 唱 者

厚生労働省、中央労働災害防止協会

4 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

5 協 力 者

関係行政機関、地方公共団体、安全関係団体、労働組合、経営者団体

6 実 施 者

各事業場

7 主 唱 者、協 賛 者 の 実 施 事 項

全国安全週間及び準備期間中に次の事項を実施する。

- (1) 安全広報資料等の作成、配布を行う。
- (2) 様々な広報媒体を通じて広報を行う。
- (3) 安全パトロール等を実施する。
- (4) 安全講習会、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。
- (5) 安全衛生に係る表彰を行う。
- (6) 「国民安全の日」(7月1日)の行事に協力する。
- (7) 事業場の実施事項について指導援助する。
- (8) その他「全国安全週間」にふさわしい行事等を行う。

8 協 力 者 へ の 依 頼

主唱者は、上記7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。

9 実 施 者 の 実 施 事 項

安全文化を醸成するため、各事業場では、次の事項を実施する。

(1) 全国安全週間及び準備期間中に実施する事項

①～⑥省略

(2) 継続的に実施する事項

①安全衛生活動の推進

- ア 安全衛生管理体制の確立
- イ 職業生活における安全衛生教育計画の樹立と効果的な安全衛生教育の実施等
- ウ 自主的な安全衛生活動の促進
- エ リスクアセスメントの実施
- オ その他の取組

上記ア～オの詳細(ア)～(エ)省略

②業種の特性に応じた労働災害防止対策

- ア 建設業における労働災害防止対策
- イ 製造業における労働災害防止対策
- ウ 林業の労働災害防止対策
- エ 陸上貨物運送事業における労働災害防止対策
- オ 小売業、社会福祉施設、飲食店等の第三次産業における労働災害防止対策

上記ア～オの詳細(ア)～(オ)省略

③業種横断的な労働災害防止対策

- ア 転倒災害防止対策(STOP！転倒災害プロジェクト)
- イ 交通労働災害防止対策
- ウ 高年齢労働者、外国人労働者等に対する労働災害防止対策
- エ 熱中症予防対策(STOP！熱中症 クールワークキャンペーン)

上記ア～エの詳細(ア)～(キ)省略

※上記の省略箇所の内容については厚生労働省HPを参照してください。

事業所紹介

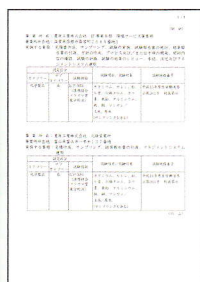
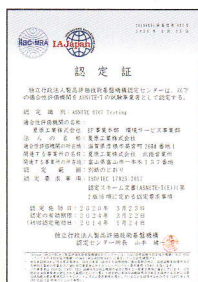


夏原工業株式会社



◆会社案内◆

私たち夏原工業は、約50年前から公害問題に本格的に取り組み、美しい環境を次世代に残せるよう、環境測定や分析、排水処理の維持管理などに携わってきました。これらの経験をもとに環境コンサルティングを行い、プラントの設計・施工、運用管理まで環境汚染問題に対する対策をワンストップで提供させて頂いております。



国際規格ISO/IEC17025の認定試験所(限定範囲)として厳正なQMSを構築し、正確なデータを提供することでお客様の信頼にお応えしています。



◆会社概要◆

創 業 昭和45年9月
資 本 金 2,000万円
代 表 者 夏原 克研
社 員 数 476名(2020年4月)

◆衛生事業の取り組み◆

滋賀保健研究センター様には、定期健康診断および年2回の特殊健康診断を実施して頂いております。健康診断の結果は、社員の健康管理や生活習慣を見直すきっかけにしております。社員の健康は事業の基礎であり、日々の事業活動の根底にあります。これからも社員の健康をさらに促進し、健康意識の向上につなげていきます。

「糖質オフ」「糖質ゼロ」ってどう違う?

管理栄養士 亀嶋 まこ

近年、「糖質オフ」「糖質ゼロ」等の表記のある商品を目にすることが増えてきました。ビール・調味料・清涼飲料水・菓子類に至るまで様々な商品で目にすることがあります。

しかし、この「糖質オフ」と「糖質ゼロ」の違いが何か、ご存じでしょうか。



栄養成分の高い・含む・強化された旨、あるいは含まない・低い・低減された旨の表示については強調表示と言われ、食品表示法によって、それぞれの強調表示の基準値が定められています。

「オフ」の表示の基準

食品や飲料に含まれている決められた栄養成分について、一定量(食品100g当たり5g・飲料100ml当たり2.5g)以下であれば、「オフ」「カット」「低」といった低い旨の表示をすることが定められています。

「ゼロ」の表示の基準

食品や飲料に含まれている決められた栄養成分について、一定量(食品100g当たり0.5g・飲料100ml当たり0.5g)以下であれば、「ゼロ」「ノン」「無」といった含まない旨の表示をすることが定められています。

※いずれも糖類の成分量です。他の栄養成分(脂質・コレステロール・ナトリウム等)に関してはこの限りではありません。

※「甘さひかえめ」は、栄養表示を目的としたものではなく味覚に関する表示であるため、栄養表示基準は適用されません。

「糖質50%オフ」って何?

「50%オフ」「2分の1」など具体的な数字が記載されている商品もあります。このような表示は、

- ①比較対象の商品が明らかである
 - ②含まれる糖質量の差が、食品100g当たり5g以上、飲料100ml当たり2.5g以上である
- この2つの条件を満たす商品に表示することができます。

例えば、100ml当たり糖質3gを含むビールがあります。比較対象のビールには100ml当たり6gの糖質が入っているとします。その差は3gなので、「糖質50%オフ」と表示できることとなります。「当社〇〇ビールに比べて糖質50%オフ」といった注意書きが商品に記載されていますので、購入した商品をよくご覧になってみてください。

普段、糖質を気にして食品や飲料を購入されている方は、ぜひ商品の表示にも注目してみてください。

また、「糖質ゼロ」と表示されていても、糖質が全く含まれていないというわけではありません。糖質ゼロだから大量に摂取しても大丈夫!という考えではなく、適切な量にとどめることを心がけましょう。



2020年度 フレッシュ職員紹介

健康管理部 臨床検査技師

習うより慣れるの精神で、切磋琢磨し合って頑張ります。



健康管理部 看護師

看護師としてあらゆる検査に対応出来るように技術を磨きます。

健康管理部 診療放射線技師

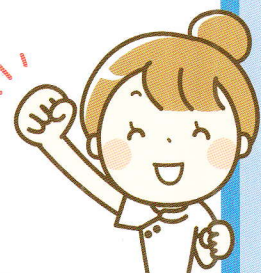
学ぶことは多くありますが、早く成長できるよう日々精進します。

みなさん
よろしくお願
い
します!



健康管理部 アシスタント

社会にも滋賀保健にも貢献できるよう誠心誠意尽力します。



健康 一口メモ

日差しが強まる季節となりました。日光に含まれる紫外線は、過剰に浴びると、各部の細胞にダメージを与えます。この状態が長く続くと細胞の修復機能が障害され、皮膚がんや白内障を発症する一因になります。反対に紫外線をカットし過ぎると、ビタミンD不足の原因になります。ビタミンDには、カルシウムとリンの吸収促進や骨の形成と成長促進、遺伝子の働きを調整(免疫向上、糖尿病予防)などの働きがあるため、不足すると子どもでは、くる病、大人では骨粗しょう症のリスクが高くなります。長時間の直射日光や熱中症には十分注意して、適度に日光を浴びる生活を送りましょう。

管理栄養士 浅見 花菜

編集後記

新型コロナウイルスの自粛生活で、運動不足解消のためジョギングやウォーキングをされている方にたくさん出会いました。ソーシャルディスタンスを意識してのすれ違いは、お互いに自然と生まれた暗黙のルールのように感じました。皆さんは、自粛生活どの様にお過ごしですか? 私事ですが、自粛生活をポジティブに考え、埃まみれになったギターを弾いたり、DIY、読書、掃除、洗車...etc. 普段なかなかできなかったことをおこない、時がゆっくりと流れる事を実感した日々でした。

自粛生活も徐々に緩和されていますが、まだまだ気が抜けない状況です。まずは、自分ができる感染拡大予防を行い、1日も早く事態が終息し平常に戻る事を願います。

健康管理部 高田 勝巳