

衛生委員会報告

★健康とは

- 健康とは身体的・精神的に健全であることを指します。

健康な人は、病気や障害に悩まされず、日々の生活を充実させることができます。

身体的な健康については、適度な運動やバランスのとれた食事、十分な睡眠などが必要です。

また、定期的な健康診断を受けることで健康状態を把握し、早期に病気や障害に気づくことができます。

精神的な健康については、ストレスを適度に解消することや、自分自身と向き合う時間を持つことが大切です。また、人間関係を大切にし、コミュニケーションを取ることで、心の健康を維持することができます。

★健康の為に当社で勤めていること

- 健康作りの為に障碍社として皆さんにお勧めしているのは次の通りです。

（義務化させていただいているものも含まれます。）

◆健康企業宣言

当社では、これから協会けんぽの「健康企業宣言」の「銀の認定」の取得を目指すべく取り組みを行っていきます。

健康企業宣言とは、企業が従業員の健康管理に積極的に取り組むことを宣言し、企業全体で健康作りに取り組んでいく社内運動のことを言います。従業員の健康管理を重視することで、企業の生産性向上や労働環境の改善、従業員の健康増進などの効果が期待されています。

健康企業宣言を行うことで、企業は健康経営に取り組むことを公表し、社会的な信頼や評価を高めることができます。

◆禁煙・禁酒

禁煙禁酒について、私たちは社員の皆さんの健康を大切に考え、積極的に取り組んでいます。

禁煙・禁酒は健康にとって非常に重要な要素であり、その効果は絶大です。禁煙することで、がんや肺疾患、心臓病のリスクを減らすことができます。また、禁酒することで、肝臓疾患や高血圧、肥満などのリスクも軽減されます。

禁煙・禁酒は一人で取り組むのは難しいかもしれませんが、より生産的かつ快適な職場を実現するために、禁煙禁酒と一緒に取り組んでいきましょう。

◆健康診断

当社でスタッフの皆様をお願いしている健康診断には2種類の意味があります。

1つは労働安全衛生法または労働基準法に基づく法定健診（一般健診）で、常時使用する労働者（常勤の方）は、1年に1度健康診断を受診しなくてはならないというものです。

さらにその中で、定期的に夜勤を行っている方については、1年に2回健康診断を受診しなくてはなりません。これが省略健診です。

2つ目は、特定事業所加算の要件達成の為に健康診断で、こちらは常勤・非常勤関係なく全ての訪問介護職員が健康診断を受ける必要があります。また、雇入れ時健診（入社時健診）という健康診断があり、企業は労働者を雇い入れた際に、健康診断を行うことが義務づけられています。

当社では入社後3か月以内に雇入れ時健診の受診をお願いしております。この雇入れ時健診は1年目の法定健診（一般健診）に充てることができます。

◆生活習慣病予防健診

生活習慣病予防健診とは、協会けんぽに加入している（社会保険に加入している）35歳以上の方が受診できる健康診断です。年齢と性別により受診できる項目に差異があります。この健診を受診して結果を会社に提出することで、年1回の法定健診（一般健診）に置き換えることができます。

生活習慣病予防健診の一般健診では、通常の法定健診では受けることが出来ない胃部レントゲンの検査が受けることができ、尚且つ協会けんぽ様より補助が出るので、対象者にはこちらの健診の受診を強くお勧めしております。※対象者には個別にご連絡しております。

◇健康診断は当事者スタッフを含む当社全スタッフの健康管理を適切に行うことを目的としております。ご理解とご協力をお願いいたします。

何かご不明な点があれば、いつでも管理本部総務部までお気軽にご相談ください。

◆ストレスチェック

皆さんの心の健康を保つ為に、一定時間以上の勤務を行っている従業員の皆さん（常勤の方）は、1年に1度ストレスチェックを受けていただいております。

ストレスチェックの結果、ストレスが高く、面接指導が必要であると提携医等が認めた方に対して、その方の希望がある場合、申出により医師による面接指導を行うことができます。

そして、面接指導の結果必要と認めるときは、作業の転換、労働時間の短縮、深夜業の回数の減少等、ストレス軽減の為に必要な措置をとることがあります。

◆相談窓口

従業員の皆さんからのご意見や相談及び苦情の窓口は、当社HPの相談窓口に項目を分けて設置しております。どんな些細なことでも結構ですので、お気軽にご連絡ください。

◆衛生委員会

当社では、従業員の皆さんに向けて病気や災害などの説明や予防法などのさまざまな情報を月に1度、給与日に合わせて当社HPにてお届けしております。ぜひ、ご活用ください。

★最後に

●健康であることは、人生を楽しく過ごす為の基本的な条件です。

健康を維持する為には、生活習慣の改善や定期的な健康診断、ストレス解消法の学習など、自己管理が欠かせません。

皆さんも、健康な生活を送る為に、積極的に取り組んでいきましょう。