

# ◆ 衛生委員会だより ④ ◆

## ・ ・ 産業医講話 ・ ・



≪ 4 月 ≫ 高齢者のメンタルヘルスについて

- ・ 「老いる」という事は、今までに得てきた様々なものを「喪失」していく体験でもあり、孤独感・孤立感・虚し感を感じる高齢者も多い
- ・ 環境の変化への対応低下、加齢に伴う衰えや、病気などが増えるため、うつ病になりやすい
- ・ 直接的な原因がわからず自分でも気づきにくいので早期発見、早期治療が大切
- ・ 「人と社会のつながりを保つ」「チャレンジ思考・未来志向」などが予防につながる

≪ 5 月 ≫ 陸運業における自動車運転者の労働災害

- ・ 陸運業で働く自動車運転者の年齢別割合⇒若年者は年々少なく中高年者が年々多くなっている
- ・ 労災の約8割は貨物自動車運転者が被災している（運転中よりも荷役作業中が多い）
- ・ 高齢になると、今まで出来ていたことが出来なくなったり、体力の衰えも生じてくるが他人にネガティブな部分を見せたくないなどの理由で頑張りすぎてしまう傾向にある
- ・ 複数の仕事を同時に行うと集中力が低下し、事故につながる恐れもあるので避けた方が良い

≪ 6 月 ≫ 高齢者の運転について

- ・ 加齢（熟練）による自分への自信が過信になることがある
- ・ 加齢により他人への敵意・非難の傾向が増大することがある
- ・ 記憶力の低下→身の周りに起きた出来事の記憶は衰えていく（ある交差点で自転車が急に出てきてヒヤッとしたという記憶など）
- ・ 認知力の低下→脳内の情報処理速度が加齢に伴い遅くなり、瞬時の反応や判断が苦手になっていく

※周囲からの指摘が大事

≪ 7 月 ≫ 運動不足と心臓病との関係

- ・ 体力と死亡率→体力レベルの低い人ほど死亡率があがる
- ・ 肥満で体力レベルの高い人より肥満ではないが体力レベルの低い人ほど死亡率があがる
- ・ 死亡数へのリスク
  - 1 位 タバコ 2 位 血圧 3 位 低い身体活動（運動不足）
- ・ 生活活動の強度（メッツ）
  - 安静座位を1として
  - 高齢者は1.5メッツ/週 高齢者以外は2.3メッツ/週



を目安に運動を心掛けると良い



## 労働災害 1 件発生



発生日 R6.6.25

金属の台を清掃中に、金属のバリ（金属を加工するときに見える出っ張り）で指を切創

病院で受診したところ深い傷ではないので様子を見ることになった。

その後傷も良くなり7/4から出勤している

原因と対策：手袋をはめずに作業したためケガをした。

今後は派遣先の規定を遵守し作業するように伝えた。



### ◆派遣会員就労先を訪問しました◆

- |   |          |   |       |              |
|---|----------|---|-------|--------------|
| ① | (株) オーサト | / | 4月26日 | 食品廃棄物圧縮作業、集積 |
| ② | (株) オーサト | / | 5月21日 |              |
| ③ | さくら荘     | / | 5月28日 | 夜間清掃         |
| ④ | 福祉交流センター | / | 6月27日 | 夜間管理         |

### ◆衛生委員会メンバー紹介◆

- |          |                  |
|----------|------------------|
| 事務局長     | 根本正幸             |
| 副委員長     | 佐川友英             |
| 委員       | 丸山光夫             |
| 委員       | 萩原喜美江            |
| 委員       | 高橋節子             |
| 産業医      | 医療法人山中医院 院長 山中秀人 |
| 衛生管理者    | 梅原亜希子            |
| 事務局職員    | 織屋亮祐             |
| コーディネーター | 藤波由香             |



安全 + 第一



今年度も職場訪問を実施し、安全就業に努めてまいります

