

# もりもりヘルスアップ通信

【第22号】発行 平成27年7月 ☆★南会津地域職域連携推進協議会★★

事務局：福島県南会津保健福祉事務所

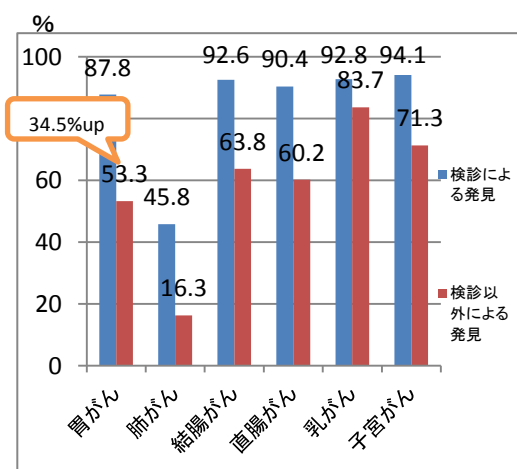
電話0241-63-0303 E-mail minamiaidu.hokenfukushi@pref.fukushima.lg.jp

今年の「梅雨入り」は、例年より半月ほど遅れ、6月の末に宣言されました。ちょっと涼しい日が続きましたが、これからが夏本番となります。1日の気温も変わりやすいため、熱中症などご自身の健康管理についてこまめにケアしていきましょう！

## ○ 「自覚症状がない!」、だから”がん検診”を受けましょう!

福島県の統計によると「がん」は、昭和59年から約30年間、死亡原因の第1位で、その比率は25.9%（平成25年）を占めます。がんは初期において自覚症状

が出にくく、重症化後に発見される場合が多くあります。しかし、検診で早期に発見できれば、最大で34.5%生存率が上昇するというデータもあり、早期発見がとても重要となります。そのため、ぜひお住まいの市町村で、**年1回必ず「がん検診」を受診しましょう!**（職場でがん検診や人間ドックがある場合はそちらで受けて下さい）



[各がん発見経緯別の5年相対生存率(%)]

## ○ 職場の受動喫煙防止、6月からスタート!

働き盛りの人の健康の保持増進のため、労働安全衛生法の改正により、今年の6月1日から全ての事業所において職場の実状に応じて適切な受動喫煙防止措置を講じることが努力義務となりました。

受動喫煙を防止するには、全面禁煙や分煙（喫煙室の設置など）、推進計画の策定や社員への教育・啓発・指導などのソフト面の対策を強化することも重要です。

（新たに工事などをせず、煙の流れを考慮して喫煙場所を指定する方法もあります。）

★ 禁煙マークを送付します!

ご存じの「禁煙マーク」を職場に掲示して、受動喫煙防止に取り組んでみませんか?南会津保健福祉事務所では、希望する事業所に掲示用のマーク（A4サイズ）を無料で配布しておりますので、ぜひご利用ください。副流煙から、従業員の皆様を守りましょう!

お問い合わせ：当所総務企画課 電話（0241）63-0303



副流煙は、主流煙の3~120倍の有害物質が発生します。



受動喫煙の防止対策が重要!



禁煙

## ○ 屋外喫煙所や喫煙室など、設置費用の助成制度があります！

職場の屋外喫煙所や喫煙室などの設置にかかる費用について、国の助成制度があります。

(1) 対象：すべての業種の中小企業

(2) 助成率：1/2（上限200万円）

(3) お問い合わせ先：会津労働基準監督署 電話（0242）26-6494



## ○ 会津地域産業保健センターから

下記の日程で「健康相談窓口」が開設されますので、積極的に御利用ください。

健康診断の結果が気になる、最近気分がすぐれない、生活習慣病予防のアドバイスがほしい、従業員の健康管理はどうすればよいかなどを、医師に”無料”で相談できます。

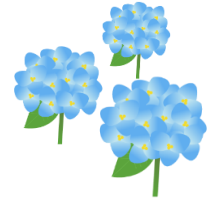
※事前申込みが必要です。

(1) 日程 ① 7月30日（木）13時～15時

② 11月19日（木）13時～15時

(2) 場所 南会津町商工会館（南会津町田島字行司12）

(3) お問い合わせ・申込み先 電話（0242）27-0528 [会津若松医師会館内]



## ○ 「熱中症」に要注意な季節です！

厚生労働省の通知によると、今夏は平年並みか、平年より気温が高くなると予想され、熱中症による労災の多発が心配されています。

昨年の熱中症により死者が出た事例（12人）では、WBGT値（暑さ指数）が未測定（11人）、定期的な水分・塩分摂取なし（8人）などの状況が認められました。また、中には熱中症の症状が出始めているのに、作業を続行したり、単独作業のため、倒れた後に迅速な救急処置がなされず死亡した事例もありました。

過去5年間の発生状況では、7、8月で全体の86%、時間帯は14～16時台がピーク、高温多湿の作業環境に慣れない初日や二日目の発症が多いことが分かりました。

これから、夏本番！”熱中症”に十分注意しましょう！



### ★ 職場の熱中症予防法について

#### 【1】 WBGT予測値・実況値、高温注意報の確認

熱中症予防情報サイト（<http://www.wbgt.env.go.jp/>）を参考にしてください。

#### 【2】 状況に応じた作業の見直し（連続作業時間の短縮など）

#### 【3】 朝礼時など、睡眠不足や体調不良の確認

#### 【4】 水分、塩分の摂取確認表を作成するなど、定期的に摂取させる。

#### 【5】 新任者には熱への順化期間（7日以上かけてばく露時間を次第に長くする）を設ける。

#### 【6】 その他（屋根等の設置、スポットクーラーや大型扇風機の使用、涼しい休憩所の設置、スポーツドリンクや塩飴等の用意、通気性のよい服装等の着用 など）

お問い合わせ：福島県南会津保健福祉事務所 総務企画課  
電話：0241-63-0303