

第5回 衛生委員会 議事録

株式会社アムスコレーション

◇日時：2023年1月25日（水）16:00-17:00 ◇場所：株式会社アムスコレーション

◇構成員：（委員長）牧山社長、（産業医）檜原ライフスタイルラボ 佐藤先生、
（衛生管理者）総務部 伊藤

◇他参加者：なし ◇欠席者：なし

議題：

- ・社員及びスタッフ健康診断結果の所見について
- ・心の健康について
気分転換が上手な人は心の健康を崩しにくい。趣味を持つことは良いこと。
屋内・屋外や長時間・短時間など、様々な種類の趣味があるとなお良い。
（何らかの理由でひとつの趣味が行えずストレスを発散できない・落ち込みやすい状況でも、他の趣味にポジティブに切り替えられるため）
- ・手洗いうがいは継続して行っていきましょう（コロナやインフルエンザ等感染症の予防）
コロナだけでなく、インフルエンザ等感染症にも無症状感染（不顕性感染）がある。
- ・花粉症の方は花粉の飛散が始まってからではなく、早めに薬を飲み始めると良い。
（薬の性質上効果が出るまで1～2週間ほど時間を要するため。
花粉飛散時期と薬の効果が出る時期を合わせるのがベスト。）

先月の労災：該当なし

先月の過重労働（時間外45時間以上）：該当なし

委員長コメント：

今後マスクを外して行動するようになったり、感染症法上コロナが5類に引き下げられても最低限、これまで習慣化してきた手洗い・うがいは継続してください。

産業医コメント：

心身の健康のため、趣味や気分転換などストレスを適度に発散できる機会を持ちましょう。
ただし依存性があるお酒やギャンブル、たばこはほどほどに！