

安全衛生委員会議事録（第4回）

日 時	令和5年7月19日（水） 午後1時30分～午後2時30分	
場 所	シルバー人材センター会議室	
出席者	委員長	信田光隆（事務所長）
	委員	村瀬敏之（産業医） 埴原久美子（派遣会員）、飯島尉氏（派遣会員） 大塚みさ子（派遣会員）、鷹羽泰孝（副事務局長） 富田泰弘（衛生管理者）
議事・報告	<p>1 あいさつ 暑い日が続くので水分補給をして熱中症対策をお願いしたい。</p> <p>2 虫刺されの対処方法について 虫に刺されると、虫のもつ毒成分等が皮膚に侵入して体内の抗体と反応するため、皮膚のかゆみ等の炎症が起きる。 虫に刺されかゆみを止めるには、患部を冷やすことや、かゆみを抑える薬を使用することが効果的である。また、虫に刺されないための対策として、屋外では肌の露出を控え、長袖、長ズボンを着用する。 ・特に屋外作業の場合は、虫刺されに注意するよう指導した。</p> <p>3 便秘の解消について 便秘に悩む人は60代前半までは女性が多いものの、それ以降では男性も増加傾向で、70代後半になると男性の方が多くなる。高齢者の便秘の原因は、食事量や水分量の減少によるものが多い。便秘は脳卒中や心筋梗塞の原因ともなる。食事は食物繊維を意識して摂取することで便秘の改善に繋がる。 ・委員各自の便秘改善策を紹介してもらい参考にさせていただいた。</p>	
決定事項	今回の議事録をウェブサイトに掲載して広く会員に周知して安全就業及び健康管理に務めていただく。	
産業医指導	<p>7月に入ってから新型コロナウイルス感染者が増えてきている。多くの患者は軽症であるが、感染防止対策をしっかり行って欲しい。 虫刺されは蜂による患者が多く、アナフィラキシーショック症状にも注意が必要である。 高齢者の便秘改善には食事と運動がポイントとなる。食事では1日350gの葉野菜に限らずトマトなどの繊維質を含む野菜摂取すると良い。委員が行っている、起床後にコップ1杯の水を飲むと効果がある。</p>	