

安全衛生委員会議事録（第6回）

日 時	令和5年9月20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><b>1 あいさつ</b> 新型コロナウイルスの感染者が増えており、事務局内でも感染者があった。インフルエンザも流行しているので注意して欲しい。 最近の新型コロナウイルスの感染者の後遺症は、味覚や嗅覚異常が多い。重症化するケースは少なく、大半は対処療法で治まっているが、感染防止対策を徹底して欲しい。</p> <p><b>2 食習慣について</b> 体は食べ物で作られて動いているため、必要な栄養素をしっかり摂り、正しい食習慣を心掛ける。 60代以上では、消化機能の衰えから軟らかい食べ物に偏りがちだが、タンパク質、カルシウム、ビタミンDをしっかり摂取すると良い。 食事は朝食を摂り、3食規則正しく摂ることで、より効果的に栄養を摂取することができる。 高齢者は血圧異常になりやすいので、定期的に計測することで病気の早期発見に繋がる。</p> <p><b>3 自動車の点検整備について</b> 車は日々劣化していくため、日常点検と定期点検を行うことで、車の安全性を維持していくことができる。 最近の車は、構造が複雑なので、自動車販売店等の点検パックを利用することも有効であると思う。 また、自分で出来る安全点検として、こまめなタイヤチェックは有効であると思う。 令和5年9月21日から30日までは、秋の全国交通安全運動となり、交通ルールについて再確認して交通事故防止に努めて欲しい。</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食習慣の改善や交通安全意識の向上に務めていただく。	
産業医指導	血圧は自身が高めなのか、低めなのかを把握しておくことが大切になる。食事は各家庭のリズムであると思うが、早起きして、しっかり朝食を摂ることを習慣とし、健康維持に努めて欲しい。	