

安全衛生委員会議事録（第11回）

日 時	令和6年2月21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）、金子彩未（主事）
議事・報告	<p>1 あいさつ</p> <p>暖かい日が続いているため、地震が起こるのではないかと心配になる。いざというとき身を守れるよう、日頃から対策をするなど意識して頂きたい。</p>	
	<p>2 花粉症の症状・時期・対策・薬について</p> <p>日本では2人に1人が花粉症の可能性があると報告され、「国民病」とも言われている。花粉の飛散時期は春夏秋冬で異なり、事前予防、セルフケアが重要となるため、ご自身でも対策をしていただきたい。</p> <p>・委員各自の花粉症における対策について紹介してもらい参考にしていただいた。</p>	
	<p>3 健康ウォーキングについて</p> <p>ウォーキングは特別な場所も道具も必要なく、いつでも手軽に始められる有酸素運動の代表である。ウォーキングを実施する際には、距離や速さにこだわらず、自分の体調に合わせて取り組んでいただきたい。</p> <p>・委員各自に健康管理方法について紹介してもらい参考にしていただいた。</p>	
	<p>4 令和6年度の派遣会員の代表者及び安全衛生委員会委員の推薦依頼文書の送付について</p> <p>安全衛生委員会の任期は4月1日から3月31日までの1年とあり、委員は労働者の過半数を代表する者が推薦し、事務所長が指名した者と規定されているため、派遣会員に推薦依頼文書を送付する。</p>	
決定事項	<p>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健康維持管理に務めていただく。</p>	
産業医指導	<p>花粉症は事前予防が重要であり、飛散する1～2週間前から服薬をすると症状が軽減する傾向にある。</p> <p>ウォーキングは、だらだらと長時間続けるのではなく、歩幅を大きく速く歩き、筋肉に負荷をかけることで筋力を高めることに繋がる。</p> <p>健康は個人差があるので、不安のある方は、かかりつけ医に相談して頂きたい。</p>	