

あ

あ

61

# 通信

# 全國勞働衛生週間

2023/9/25  
過去のあおい通信は  
こちらから→

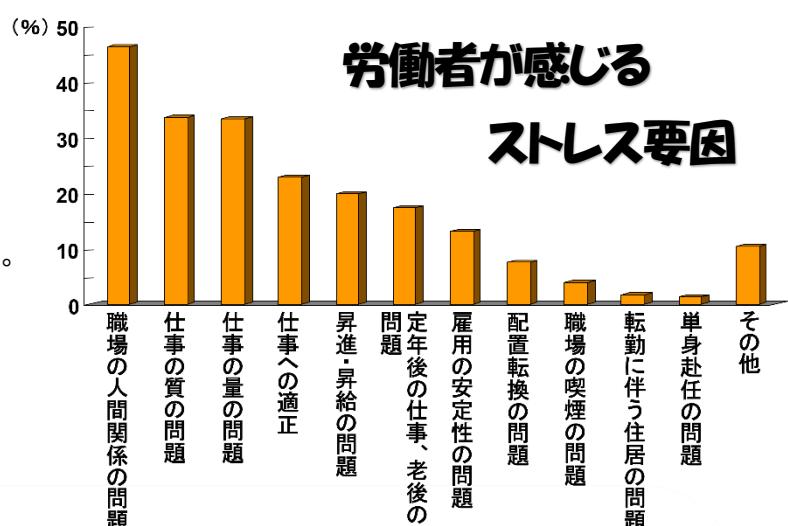


日々の業務お疲れ様です。10月1日（日）～7日（土）は全国労働衛生週間です。全国労働衛生週間は、働く人の健康の確保・増進を図り、快適に働くことができる職場づくりに取り組む週間のことです。昭和25年から実施され、今年で74回目を迎えます。今年のスローガンは「目指そうよ二刀流 こころとからだの健康職場」です。愛知県の2022年健康診断有所見率は54.6%。半分以上の方が、異常がある、または異常の疑いがあるということ。またストレス等による心の不調も含めると、現代社会において健康というのは自分たちが思う以上に維持するのは難しいかもしれません。今回は1月に行った健康セミナーの振り返りも含め、こころとからだの健康について共有します。

# 働く人のメンタルヘルス (社会的な健康とは)

- ① 周囲と良い関係ができている。
  - ② 周囲の人たちの役に立っている。
  - ③ 仕事など日々の活動に生きがいを感じる。
  - ④ 自分の存在意義を感じる。

## 労働者が感じる ストレス要因



## オランダ発新しい? 健康概念

## 健康セミナーで産業医さんが紹介してくれた 「ポジティブヘルス」の 健康の考え方

## ポジティブヘルスは動的な概念

## 静的な状態(定義)

健康とは、病気でないとか、弱っていないということではなく、肉体的にも、精神的にも、そして社会的にも、すべてが満たされた状態にあること — WHO (世界保健機関)

## 動的なコンセプト

社会的、身体的、感情的な問題に直面したときに  
適応し、本人主導で管理する能力

## ポジティブヘルスを評価する「クモの巣チャート」

- ・身のまわりのことができる
  - ・自分の限界を知る
  - ・健康を保つ知識
  - ・日常生活の計画
  - ・金銭管理能力
  - ・労働・ボランティア活動ができる
  - ・支援を求められる

- ・他者とのつながり
  - ・尊重してもらえる
  - ・楽しみを共有できる仲間
  - ・必要なとき支援してくれる人
  - ・居場所がある
  - ・やりがいのある活動・仕事がある
  - ・社会に対する関心

