

置賜建設 健康づくりカレンダー 2024

健康づくりチャレンジ

◆ 所見を改善しましょう

- 作業前 ラジオ体操
 2月 健康アプリの案内
 3月 1日～14日 春ま～ちウォーク 7万歩目標
 5月 1日～31日 さつきラン&ウォーク チーム対抗戦参加
 ・個人戦 20万歩目標達成者に特典進呈
 6月 セミナー開催
 10月 1日～31日 オクトーバーラン&ウォーク 20万歩目標
 毎月 健康に関する情報提供
 【食事・腰痛予防・睡眠・感染症対策・病気等】

たばこの取組

- 7月 禁煙冊子を配付
 喫煙率目標 37%→36%



ストレスチェックの実施

- 6月 25日 ストレスチェックシートを配付 5月31日まで提出
 7月 2日までに産業医より判定結果を郵送
 8月 10日まで面接指導の申出書を郵送
 10月 セミナー

こころの健康相談窓口
 電話 0120-895-310 専門医と電話相談が可能です

コミュニケーション促進の取組

『お～いタマちゃんクラブ』として最上川清掃ボランティア

- ・国交省「まつかわアドプトプログラム」活動参加
 - ・山形県「河川愛護活動団体」活動参加
- 5月 新田橋下流
 6月 芦付公園から
 7月 新田橋下流
 10月 新田橋下流・芦付公園から



随時 各部 交流会等

健康診断 (目標100%受診)

- 2月 健康診断 オプション検査申込書 配付
 16日配付 2月22日まで提出

付加健診の年齢が40・45・50・55・60・65・70歳に変更

肺機能検査・眼底検査・腹部超音波検査・尿沈査・詳細な血液検査がプラス

●会社負担 無料オプション検査

- ・腹部超音波検査 (全社員受診)
- ・50歳以上のPSA検査
- ・胃カメラの感染症検査費用
- ・腫瘍マーカーセット(血液検査)
- ・経膈超音波検査
- ・婦人科系腫瘍マーカーCA125



4月 8日より 健康診断 開始

健診場所: 当社指定病院 健康管理センター

随時 「再検査案内および再検査結果報告書」の配付
 ※再検査結果報告を必ず提出してください

再検査受診率 目標100%

からだの健康相談窓口(24時間対応)
 電話 0120-895-310



感染症予防対策

- 9月 インフルエンザ予防接種の申込書配付
 10月 インフルエンザ予防接種実施
 ↳ 費用は会社で全額負担します
 11月 対象者: 社員および除雪オペレーター
 接種場所: 当社指定病院

特定保健指導 (評価まで実施目標60%)

- 4月 特定保健指導は、健康診断当日に病院で実施
 病院で受けた場合は、3カ月後に
 身体検査・血圧・脂質・肝機能・代謝・尿の検査を
 無料で受ける事ができます
 9月 病院で保健指導を受けなかった社員には、
 再度案内し、協会けんぽの保健指導を実施

熱中症対策

4月または工事受注後

- ・作業計画の策定
- ・設備対策
- ・休憩所の確保の検討
- ・緊急時の対応を確認、周知
- ・教育訓練の実施

5月から

- ・休憩所の整備
- ・暑熱順化への対応
- ・暑さ指数の確認
- ・熱中症に関する健康状態自己チェックシートを使用

URL(pdf) 国交省: [001292278.pdf \(mlit.go.jp\)](https://www.mlit.go.jp/001292278.pdf)
 厚生省: [000628877.pdf \(mhlw.go.jp\)](https://www.mhlw.go.jp/000628877.pdf)

対策1 朝礼時・現場巡回時における 作業員への声かけ

- 熱中症への注意喚起
 → 当日の気象予報(天気・温度・湿度)を発表し、特に気温や湿度の上昇が予測される日には、休憩や水分補給の回数を増やすように指示・注意喚起
- ミスト扇風機等を設置し、涼しい環境での朝礼
- 朝礼時における健康状態の把握
 → 体温計による体温確認
 → 対人で行う健康状態確認



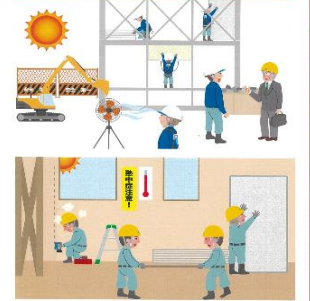
対策2 快適な現場休憩施設及び 熱中症対策用品の設置

- 冷房を完備した休憩所の設置
 → 休憩所に遮光ネットを用いた日除けテントの設置
 → 休憩所内での冷房機器、ミストシャワー付き扇風機等の設置
- 熱中症対策用品の設置
 → スポットクーラーの設置
 → 休憩所内にスポーツドリンク、経口補水液、塩飴、梅干し等の設置



対策3 体に快適な作業環境

- 作業に快適な服装及び装備
 → 通気性の良いメッシュタイプのジャケットの着用
 → 日除け付ヘルメットを着用するほか、後部に日避けのたれ布を取り付け輻射熱を遮る
 → フルハートネス着用でも大丈夫なファン付き空調エアコン作業服の着用
- 作業時間の短縮
 → 作業の休止時間・休憩時間の確保
 → 高温多湿作業場所での連続作業時間の短縮
- 暑さ指数WBGT値の測定



社会保険についてのご相談

総務部 担当まで いつでもご連絡下さい