

県南さんぽだより 第25号

発行所 茨城県南地域産業保健センター 0297-79-1066 Fax 0297-79-1068 発行人 大西 慶造
 ホームページアドレス <http://www.intio.or.jp/m-sanpo/>

「社会人38年を振り返って」

植村工業(株)龍ヶ崎工場
 顧問 佐々木 亮

2007年3月にて60歳となって、自分なりに1969年から社会人としての38年間を振り返ってみますと、安全、健康面に於いて、あまり胸を張って原稿を書ける様な時期を過ごしてきたとは思われません。

1965年3月に、大学入学のため、北海道から一人で名古屋に来たときは、かなり遠くまで来てしまったと思いました。1969年4月に鉄鋼関係の会社に入社し、以来「鉄」と共に歩んで来ました。

1970年7月右腹部に異常を感じ病院にて検査の結果、早急に手術が必要と言われ、45日間入院しました。この頃は入社して1年そこそこでしたので、シヨックが大きかった事を今でも感じています。当時は安全衛生に関して、何を、どの様にすべきかを、指導された記録が今考えても、ほとんど無かった様な気がします。あつたとしても当時は若かったから、かなりの無茶をした事だけは、思い出として残っています。1974年10月に東北に移動し、この頃から管理職として、安全衛生について教育をする様になりました。1977年7月に場内作業が忙しく、事務関係者も作業を行う様になり、当然私も応援に入りました。無意識に鉄の切粉を取ろうとして、左人差し指を落とし、すぐに病院にて手術を行い、つなげる事が出来ました。この時に班長より「気を付けて」と声をかけられ「大丈夫」と言った直後だけに責任を感じ、休まず仕事に来ました。人間、長時間労働を行うと、安全に対する意識が薄れて来るのか、と感じました。1982年7月栃木に移動になり、1984年6月に健康診断で異常がわかり市民病院にて検査の結果、胆のうポリープの為、手術が必要と言われ50日の入院となりました。こ

の頃は独身で体力には自身が有り、独身貴族などと云われ、その気になって不摂生な生活と仕事が忙しい為、深残業が続きました。前兆は有りましたが「たいした事はない、大丈夫だ」と仕事を優先し放置していたのが大きな間違いでした。

1989年3月龍ヶ崎に移動し、一定期間だけ栃木工場と龍ヶ崎工場を兼務となり、朝5時帰宅夜11時の毎日が続き、3ヵ月後平常勤務になりましたが、その頃から体調の異変に気付きました。咳が止まらない、おかしいと思い病院で検査を行った結果、胸の病気ではないか、と云うことで1990年7月に入院をしました。ただ今までは50日程度でしたので、今回も短期かなとは思っていましたが、先生より「先は長いですよ」と云われ、入社時の時よりも大シヨックでした。入院生活5ヶ月、この間2名の方が亡くなり、見送った事もあります。少しでも忘れる為に、毎日本ばかりを読みあさりしました。退院後は、健康に注意しよう、休養はしっかり取ろうと思い、職場にやっと復帰する事が出来ました。

1996年2月再度、原因不明の咳が出て来て、病院でもなかなかわからず、その後喀血を2回した為1996年4月検査入院。その結果、左肺上部の血管が13本切れた為とわかり手術を行い、45日の入院をする事になり、この時程「どうして、なんで」と情けなくなりました。以来私は、「健康について何をして来たのか」「今後どうすべきか」を本気になって考える様になりました。そして私なりに「健康管理は自分で努力し、災いを転じて、福にしなければならぬ」と常に思っています。その後は病気らしい病気にもかからず、仕事も順調に行う事が出来ました。この様に過去を振り返って見ますと、よ

くここまで生きて来られたと、つくづく思います。

今は従業員の安全と健康について、どうか注意・指導が出来る立場に立てた様な気がいたします。今後、顧問として会社に残ることは、社長、良い仲間、良い従業員、に支えられて、ここまで来る事が出来た事です、有難うございます。これからは38年間の数々の経験を生かし、安全衛生の指導に全力を注いでまいります。

結びとして、今後は健康に十分注意を払うと共に、妻と娘と孫の3人の家族には心から感謝をさせていただきます。：：：：：：：：：：：：：：：：：：：：：

【産業保健情報】

**小規模事業場産業保健活動支援促進助成金のご案内
産業医共同選任事業**

小規模事業場産業保健活動支援促進助成金とは

労働者数50人未満の小規模事業場の事業者が産業医の要件を備えた医師を共同で選任し、その医師の行う職場巡視、健康診断の結果に基づく保健指導、健康教育、健康相談、衛生教育等の産業保健活動により、従業員の健康管理等を促進することを奨励するための助成金です。

助成金の申請及び支給条件について

2以上の小規模事業場の事業者が共同して産業医の要件を備えた医師を選任すること。

以前に本助成金を受給したことが無いこと。

助成金の申請時期 下期は10月1日から10月末
申請先 都道府県産業保健推進センターへ支給申請を行います
が県南産業保健センターが御協力いたします。

**来年4月から定期検診項目に「腹囲の検査」が追加
厚生労働省・労働安全衛生規則の一部を改正**

厚生労働省は、労働安全衛生規則の一部を改正、雇入れ時の健康診断と35歳時及び40歳以上の労働者及び特定業務従事者、海外派遣労働者の定期健康診断の項目に「腹囲の検査」を追加、また「血清総コレステロールの量の検査に代えて、低比重リポ蛋白コレステロール(LDLコレステロール)の量の検査を定める」ことを決めた。施行は来年4月1日から。

「腹囲の検査」については、同省・労働安全衛生法における定期健康診断などに関する検討会が、かねてから「血圧、血中脂質、血糖と併用して測定すること

で、作業関連疾患である脳・心臓疾患を予防することが可能となることから、腹囲の測定は必要」などと報告しており、改めて、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の診断基準となる。

また、「悪玉コレステロール」などと称されるLDLコレステロールについては、単独でも動脈硬化の、強いリスクファクターになるとされており、脳・心臓疾患のリスクを評価するうえで重要になるとの観点から、これまでの総コレステロールに代えて導入することになった。なお、腹囲測定やLDLコレステロールの測定については、肝機能検査や貧血検査などの従来の扱いと同様、医師の判断によって省略が可能になる。

【県南地域産業保健センターから】

当面の日程

- ・ 9月11日(火) 龍ヶ崎文化会館
衛生週間準備説明会の地産保センター-イベント
AEDデモ(除細動装置)
保健相談 細井クリニック 細井先生
- ・ 11月14日(水) 産業看護職等研修会
- ・ 11月23日(祝・金) 龍ヶ崎市いがっぺまつり
- ・ 12月(日程未定) 取手市保健センター-
取手市健康福祉まつり
- ・ 龍ヶ崎市役所産業保健相談コ-ナ-
8月31日(金)午後3時 野村 先生
9月27日(木)午後3時 山村 先生
10月31日(木)午後3時 飯泉 先生
11月27日(火)午後3時 細井 先生
12月18日(火)午後3時 五十嵐 先生

【編集後記】

今回の労働衛生管理セミナー(龍ヶ崎文化会館8月2日)について、健康講話『メタボリックシンドロームを予防・改善する生活習慣~運動と食事バランスの視点から~』筑波大：田中喜代次教授

この話を聞き大いに参考になりました、今年に入ってから3~4ヶ月で食事の摂り過ぎ・運動せずが続き3キロ体重増加をした、この話を聞き夏の暑さに負けずに自分のものにし食事療法と運動の習慣化で健康を維持増進しようと思う。(大西)

**(社) 龍ヶ崎労働基準協会からのお知らせ
検診車による健康診断をご希望の事業場には、
当協会で斡旋します。お申し込みは、
電話 0297(62)7923**