

作業環境測定士がサポートします

作業環境管理・作業管理・健康管理（労働衛生の3管理）や、統括管理と労働衛生教育を含めた労働衛生管理を効果的に推進するには、事業所内外の労働衛生スタッフの連携が重要です。保健事業部では、企業外労働衛生機関として各専門職が連携し、包括的な労働衛生管理を提案しています。

作業環境測定室では、労働衛生コンサルタント1名を含む作業環境測定士3名が在籍し、作業環境測定の実施はもちろん、労働安全衛生法に基づく適正な健康診断の実施を推進しています。特に、有害業務に関わる特殊健康診断等は対象となる作業や物質が分かりにくく、産業医をはじめとした専門スタッフが不在の事業所においては、判断に悩むこともあると思います。間違った内容で健康診断を受診しても、意味がありません。必要があれば、私たち作業環境測定士が営業スタッフと連携し、法令の対象となる作業や物質の選定を行い、適正な健康診断の実施をサポートします。

化学物質等の取り扱いにおける労働衛生管理や健康障害防止対策の推進についてご不明な点は、下記までご相談ください。

お問合せ | 聖隷健康診断センター 作業環境測定室
TEL:053-475-1229

聖隷健康診断センター 作業環境測定室 白石 彩華

季節のワンポイントアドバイス

緑茶の力

今年も新茶の季節がやってきました。緑茶の成分といえば、ダイエット効果や血糖・血圧上昇の抑制、抗酸化作用などの効果がある「カテキン」をご存じの方が多くはないでしょうか。今回は、近年注目されている、緑茶に含まれる「テアニン」という成分について紹介します。

緑茶を飲むとホッと心が落ち着くことはありませんか？テアニンは、上質な煎茶や玉露、抹茶などに多く含まれており、リラックス効果があると考えられています。また、記憶力、意欲、情報処理機能などの認知機能改善効果も期待できます。緑茶を飲む習慣がある人（週4杯以上飲む人）は、うつ病が少ないことも分かっており、テアニンを持続的に摂取することで、うつ病や統合失調症の症状が改善するという結果も報告されています。

このように、緑茶にはカテキンだけでなく、テアニンをはじめ様々な成分（ビタミンやミネラルなど）が含まれており、心と体の健康におすすめの飲み物です。

緑茶パワーを最大限に活かすには

市販のペットボトルのお茶よりも、上質な煎茶や玉露をぬるめのお湯（50～60℃）でゆっくり抽出して飲むことがポイントです。おいしい緑茶で、ホッと一息つきませんか。



事業管理部 保健看護管理室 産業保健企画推進課 係長 保健師 広瀬 梨沙

聖隷健康診断センター

予約センターフリーコール
0120-938-375

〒430-0906
浜松市中区住吉2-35-8
FAX.053-474-2505

●バスを利用される場合
(JR浜松駅バスターミナル)
所要時間約20分

14番線(聖隷健康診断センターバス下車)
(8) せいけいまいり富澤じゅんかん (51) せいけい浜松 泉 高丘

15番線(和地山上バス下車)
(40) 尾張町 市役所 聖隷三方原病院 気賀 ミヅ日
(43) 市役所 金指 気賀 (44) 市役所 伊平
(45) 市役所 奥山 (47) 市役所 美町 匠大

16番線(和地山上バス下車)
(41) 美 高丘 ファイブガーデンズ 花川運動公園
(46) 市役所 都田 フルーツパーク
(46-ア) 市役所 美町 都田口 テクノ フルーツパーク
(48) 和合 西山

●車を利用される場合
・東名高速道路浜松西ICより約20分
・東名高速道路三方原スマートICより約15分
・駐車場はセンター横の聖隷パーキングをご利用ください

聖隷予防検診センター

予約センターフリーコール
0120-938-375

〒433-8558
浜松市北区三方原町3453-1
FAX.053-438-2948

●バスを利用される場合 (JR浜松駅バスターミナル)
所要時間約50分

15番線 (聖隷三方原病院バス下車)
(40) 尾張町 市役所 聖隷三方原病院 気賀 ミヅ日

●車を利用される場合
・東名高速道路浜松西ICより約15分
・新東名高速道路浜松SASスマートICより約20分
・駐車場は聖隷三方原病院駐車場をご利用ください

聖隷健康サポートセンター Shizuoka

予約センターフリーコール
0120-283-170

〒422-8006
静岡市駿河区曲金6-8-5-2 マークス・ザタワー東静岡
FAX.054-280-6252

●電車を利用される場合
・JR東静岡駅 南口より徒歩2分
(グランシップ隣)
・「静岡鉄道長沼駅」徒歩15分

●バスを利用される場合
・しずてつジャストライン
「静岡日本平線」、「県立美術館線」
「東静岡静大線」東車
(東静岡駅南口もしくは曲金7丁目下車)

●車を利用される場合
・東名高速道路静岡ICより約15分
・東名高速道路日本平久能山スマートICより約10分
・新東名高速道路新静岡ICより約20分
・駐車場はセンター横の立体駐車場(2F～4F)をご利用ください

聖隷静岡健診クリニック

予約センターフリーコール
0120-283-170

〒420-0851
静岡市葵区黒金町55 静岡交通ビル5F～7F
FAX.054-280-6252

●電車を利用される場合
・JR静岡駅 南口より徒歩1分

社会福祉法人 聖隷福祉事業団
保健事業部

聖隷健康診断センター
聖隷予防検診センター
地域・企業健診センター
聖隷健康サポートセンター Shizuoka
聖隷静岡健診クリニック

ホームページ <https://www.seirei.or.jp/hoken/>
2020年 春号 VOL.73 2020年4月1日発行 発行人・保健事業部 福田崇典
表紙の写真は2017年4月20日静岡新聞に掲載されたものです。

社会福祉法人 聖隷福祉事業団
保健事業部

みなさまに愛される保健機関をめざして

すこやか&オアシス

[特別対談 第3弾]

禁煙の取り組みについて

vol.73
2020年 春号

