

化学物質のリスクアセスメント・ リスク低減措置について

化学物質を取り扱う作業場において、作業環境測定やリスクアセスメントの結果から、何らかの改善措置が必要となる場合があります。改善措置には危険性または有害性のより低い物質へ代替することや作業方法の見直し、局所排気装置の設置、保護具の着用等が挙げられます。代替物質の導入については、危険性または有害性が不明なものを、危険性または有害性が低いものとして扱うことは避けなければなりません。「有害性情報がない」「法令の対象外物質」＝健康影響がない」という考え方は非常に危険です。また、保護具の着用については本質安全化ではないため、環境空気中の有害物濃度が高い場合は、その濃度を低減することをまず検討することが必要です。

有効なリスク低減措置を実施するためには正確な現状評価が不可欠です。作業環境測定や改善措置等についてご不明な点は下記までご相談ください。

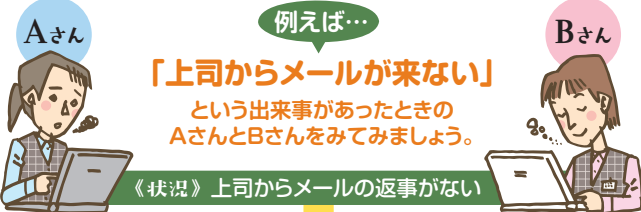
お問い合わせ 聖隷健康診断センター 作業環境測定室
TEL:053-475-1229

作業環境測定室 課長補佐 軸丸 靖章

ストレス対策ワンポイントアドバイス

思考が変われば気分も変わる

何らかの出来事があったとき、瞬間的に浮かぶ考えやイメージを「自動思考」といいます。「自動思考」が生まれることによって、気分が変わったり、行動が起こります。ストレスを軽減するためにはこの「自動思考」に気づき、それに働きかけることが役立ちます。



嫌われているかも	思考	忙しそうだな
不安になる	気分	気遣い
何度もメールを確認する	行動	後で声をかけてみる
お腹が痛い	身体	特になし

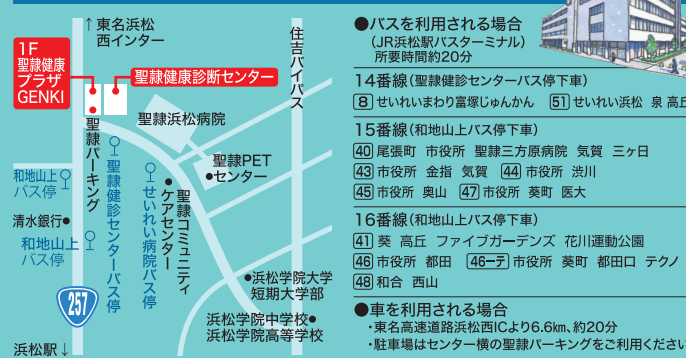
同じ状況でも、AさんとBさんの思考によって、気分・行動・身体反応が変わることがわかります。上司は忙しかったかもしれませんが、Aさんは「嫌われているかも」という考えに囚われて、ストレスを感じてしまうのです。

ある不快な状況に遭遇したとき、自分の思考を客観的な視点でみることができると、別の現実的で楽な捉え方があることに気づくことができます。

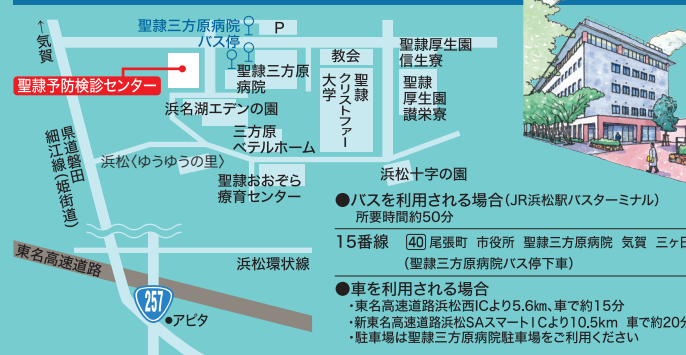
思考を変えて、気分を、そして行動や結果を変えてみませんか？

産業保健企画推進課 保健師 堀内 梨沙

聖隷健康診断センター 健診センター
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



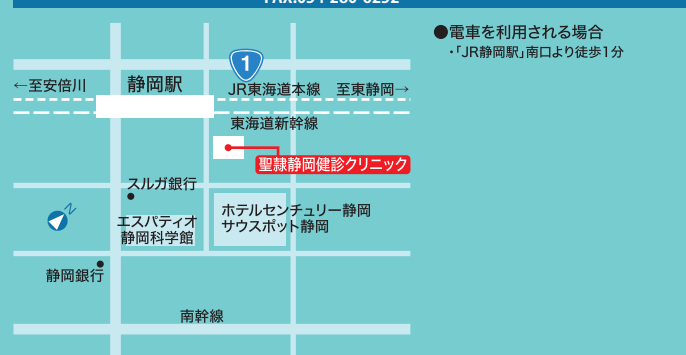
聖隷予防検診センター 予検センター
予約センターフリーコール 0120-938-375
〒433-8558 浜松市北区三方原町3453-1
FAX.053-438-2948



聖隷健康サポートセンター Shizuoka 健康サポート
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・サ・タワー東静岡2F~4F
FAX.054-280-6252



聖隷静岡健診クリニック 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



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 <http://www.seirei.or.jp/hoken/>
2017年 秋号 VOL.63 2017年10月1日発行 発行人・保健事業部 福田崇典

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

vol.63

2017年 秋号



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

けんこう
ジャーナル

特定保健指導のあらたな取り組み



「出張健診日和——地域・企業健診センター」