

さんぽ保健師コラム

(2020 年 立春号)

はいたい！産業保健専門職（保健師）の千葉です。

「立春」は暦の上では春が始まる日ですが、まだまだ2月は寒い時期ですね。インフルエンザなどの様々な感染症も流行る時期です。

手洗い・うがいの習慣と、栄養と睡眠を十分に確保するなど、いつも以上に予防を意識してセルフケアをしていきたいものです。

そして2月は日数が短くあっという間に過ぎてしまいます。一日一日を大切に丁寧に過ごしていきたいですね。

先月の29日「治療と仕事の両立支援セミナー」を開催し、101名の方にご参加いただきました！皆さまありがとうございました。

FECカンパニー所属まーちゃんこと小波津正光氏は、「咽喉がんで声を失う恐れがあっても、逆境をバネにしてチャプリンのように言葉を発しないコントを作ろうと思った」

「どんな状況の時にも笑いや心の余裕が大切」と基調講演で話し、参加者からは心に響いたとの声が届きました。

パネルディスカッションでは、産業医、主治医、企業の人事労務担当者、労働者が、それぞれの立場から「治療と仕事の両立支援」の取り組みや課題について話し合いました。

参加者の皆さんからは、「前向きな体験談や事例を聞いて良かった。」「病気になっても現状の生活や仕事を維持するためにどうしたら良いかを、当事者と企業間だけでなく、医療機関や支援機関を利用することが大切だということが分かった」との感想が聞かれました。

沖縄産業保健総合支援センターは、「治療と仕事の両立支援」の支援機関の一つです。

治療と仕事の両立に取組みたい事業場や労働者からの相談に対応しています。

<https://www.okinawas.johas.go.jp/ryoritsu/>

ぜひ、お気軽にお問合せ・お申込みください！

(沖縄産業保健総合支援センター 産業保健専門職 千葉 千尋)