

# 衛生委員会 議事録

|     |      |       |    |    |    |    |    |     |     |
|-----|------|-------|----|----|----|----|----|-----|-----|
| 委員長 | 副委員長 | 衛生管理者 | 委員 | 委員 | 委員 | 委員 | 委員 | 産業医 | 作成者 |
|     |      |       |    |    |    |    |    |     |     |

|                         |                       |          |
|-------------------------|-----------------------|----------|
| 開催日時                    | 出席者                   |          |
| 令和元年7月17日（水）16:30～16:45 | 議長 山田                 | 衛生管理者 松居 |
| 開催事業場名                  | 委員                    |          |
| 株式会社ウェルクス本社             | (参加者)松岡、中曽根、乾、太田（事務局） |          |
|                         | 産業医 生月先生              |          |

| 議題                          | 意見  |
|-----------------------------|---|
| 季節の変わり目、長期連休前後のメンタル不調対策について | <p>【産業医からのアドバイス】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・梅雨が長引いており、風邪、発熱が増えている。感染症にも気をつけてほしい。</li> <li>・メンタル面では、うつ傾向にある場合、朝出勤しようとする、頭が痛い、吐き気がする等の症状が出る。睡眠不足、栄養不足に気をつけ、明るく前向きに考えることが大事。</li> <li>・調子悪いと感じたら家族へ相談したり、産業医面談も考えてもらいたい。上司、同僚から見て様子がおかしかったら声をかけてあげてほしい。</li> <li>・夏季休暇が一般的な会社より長いので、事前に遊ぶ予定を立てたり、前向きに考えてほしい。予定が何もないと引きこもったり、落ち込みがちになる。</li> </ul> <p>・前職ではメンタル対策のスライド等を見る機会があり、わかりやすかったので、同じように周知できたらよいのではないか。（衛生管理者）</p> <p>→休みが長い場合、しっかり休んでからメリハリつけて頑張ることも出来る。（委員）</p> <p>対策：メンタル不調対策の資料を社内へ共有する。</p> |
|                             |   |
|                             |   |
|                             |   |
|                             |   |

産業医からのコメント