

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2年8月18日（火）16:15～16:40		議長	山田	衛生管理者	太田
		委員			
開催事業場名		(参加者)細貝、中曽根、太田（事務局）、天坂、（欠席）田口			
株式会社ウェルクス本社					
		産業医 生月先生			
議題		意見			
新型コロナウイルスについて		・コロナ感染者が他社でも出てきており、リモート鬱が世の中で増えている。リモートなのに残業が増えて体調不良になりがちなので注意。（産業医）			
若いうちから取り組む生活習慣病予防		・精神疾患は新卒社員でも増えているが、コロナで精神疾患にかかる人も増えてきた。（産業医） ・社内は年齢が若く痩身にも関わらず、肝機能、高脂血症、尿酸値高い人多い（産業医） ・健康への取り組み案：（産業医） カフェインの取りすぎ注意、質の良い睡眠。暴飲暴食せずに自分なりに楽しんで食べる、メリハリをつける。 カロリー計算等すると食べる量が減るので心がける。 会社ではストレッチをする。生命保険に加入して健康維持を意識づけるのも可。水を2リットル飲む。			
産業医からのコメント					

