

衛生委員会 議事録

産業医

開催日時	出席者	
令和3年4月6日（火） 16:00～16:20	議長 山田	衛生管理者 太田、原田
開催事業場名	委員	
株式会社ウェルクス本社	(参加者)田口、中曽根、太田、原田 (記)	
	産業医 生月先生	
議題	意見	
メンタルヘルス	<ul style="list-style-type: none">・春季は鬱になりやすい：職場やポジションなど自身の環境の変化、寒暖差に体がついていけないことが影響 (産業医)・企業対策としては、産業医面談や衛生委員会の場などでメンタルヘルスについて知ること、ストレスチェック・健康診断での発見などが考えられる。(産業医)・コロナが感染拡大してから自殺が多い。病院へ行く前に自殺してしまう。(産業医)・セルフケアも大事だが、それができなくなるのがメンタル不調。自分ではどうにもできなくなるため、誰かに相談しないとなかなか解決できない (産業医)・病院に行くことや、早期に周りが気づいてあげるなどの周りのサポートが大事(産業医)・最近では、心療内科などの敷居の低いところ、コンビニ感覚で行けるメンタルクリニックもあるため、活用するとよい (産業医)・薬を飲んで解決することがよくある。特に不眠。(産業医)・読書や映画鑑賞など、何か趣味を見つけるのが良いリフレッシュになる。(委員)	
産業医からのコメント		