

News Letter

第7号

2003年4月1日発行

第5回失業と健康研究会レポート

特別講演：「生涯健康を考える」

健康は5年先、定年後までも視野に！

“自立”する健康保持策を学ぶ

特別講演が産業医大の高田和美客員教授によって行われた。労働衛生における健康管理は就労中のみではなく、生涯にわたる健康管理の一環でなくてはならないことを力説した。5年後、10年後、退職後の健康を考えて、今どうすべきかを考えての自己管理が大切である。心の健康が大切で、生きがいは何か、社会での存在価値は何かを自問して自分の生きがいを自分で作ってゆく。一生つき合えるのは、定年のない趣味、自分の楽しみである。病気の経験はプラスと考える。失業も病気と同様にプラス評価をしてはどうか。

産業保健スタッフは、生涯を視野に入れた健康支援が大切である。自立した健康保持を支援すること、指導や援助であってはならない。ギリギリまで

自分で出来ることは自分です、それが楽しみであると考えて齢を重ねてゆく。それが出来なくなった場合に、初めて介助であり、援助である。

生涯を視野に入れた健康についての考え方、健康保健スタッフの支援のあり方について示唆に富む内容であった。

一般演題では、「北九州におけるホームレスの社会的医学的研究」を田村昭彦氏が話し、活発な質疑応答があった。ホームレスの原因の7割が失業で、他に家庭の事情、借金があった。相談できる窓口の拡充と健康支援が必要であることが明らかであった。第2話石竹達也氏の「長期失業者のライフスタイルへの影響」では、男性よりも女性の方が、また失業4年後もライフスタイルが良好に保たれていた。

統計データ

2003年1月

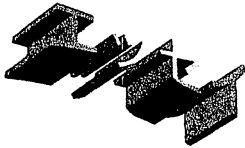
(厚生労働省)

★完全失業率=5.5%: 男性=5.6% (+0.1%) / 女性=5.5% (+0.3%) / 失業者実数=357万人 (就業者数=6203万人)

非自発的失業者=160万人 / 倒産・リストラによる失業者=121万人 / 自己都合離職者=110万人/

1年以上失業者=30.8% / 若者フリーター(15~24歳)=約200万人 (約10%)

★有効求人倍率=0.60倍 新規求人先: 減少先=建設業/増加先=製造業・サービス業・運輸・通信業・卸売業・小売業



健康は生涯を通じた自主管理を

的場恒孝 (仕事ストレスコーピング研究所)

健康保持には絶えざる努力が大切であることは論を待たない。今日のように失業が日常茶飯事になって“就労—失業—就労・・・”と変化しようという時代。健康保持に対して、どの対応したらよいのだろうか？

健康は創造である。自ら創り出すものである。栄養、睡眠、運動、休養の4大要素がその根源である。それらのバランスのよい調和で生み出されるのが健康という産物である。そして定期的にチェックすることが大切である。

労働安全衛生法では年1回の定期健診が義務づけられている。しかし転職したり、失業したりした場合には、その貴重な健康記録は手元にない。健康は自分のものである。健康記録は自分で管理したい。

それには「健康手帳」を持つことが大切である。そして就労先をわたり歩くとき、その健康手帳を自分で持ち歩くことである。決して就労先の会社へ任せではない。

企業は労働者各人の健康手帳を支給すべきであると考え。安衛法で定期健診の結果は各人の健康手帳に記録する規定をすることも一法であろう。

健康手帳の効用は、いざ、病気というとき、過去の記録が大切な役割を果たす。健康状態の流れがわかって、治療と職場復帰への重要な資料になる。第2に日頃から自分の健康を振り返るのに役立つ。

自治体でも、生誕時の「母子手帳」に連動した「私の健康手帳」を全市民へ持たせて、予防へ全力を傾けようとしている試みが7年前からある。

◆ 次回の第6回研究会は、**7月19日** (土曜日) 14:00—17:00 です。

ぜひ、ご参加ください。

* 予定プログラムは

講演：「産業保健を取り巻く課題」

酒井 淳 (福岡産業保健推進センター所長)

事例提示：①田村昭彦 (九州社会医学研究所所長)

②重本 亨 (久留米大学医学部大学院生)

* 会場は久留米大学医学部・基礎2号1Fセミナー室です。

◆ 本誌 “News Letter” を入用の方は、お知らせ下さい。

世話人：的場恒孝 (代表)・高田和美・酒井 淳・石竹達也・山岡春夫・児玉英嗣

[事務局] 福岡県久留米市宮の陣1丁目1-70 (〒839-0801) 宮の陣病院気付

仕事ストレス コーピング研究所内 “失業と健康” 研究会事務局

Fax: 0942(33)8862 Tel: 0942(32)1808 e-mail: kankyo@med.kurume-u.ac.jp

お知らせ