

ストレスチェック制度を生かそう

50人以上の常時の従業員を雇用する事業所は、労働者のメンタルヘルス不調を未然に防ぐために、ストレスチェックを実施することが義務付けられています。ストレスの受けやすさは個人差があります。例えば、職場で他の人と少し距離が離れてすれ違った場面を想像してみてください。ある人は、すれ違って何も感じないでしょうし、ある人は距離が離れてしまったということを感じ、もしかしたら、私は嫌われているのかもしれないとひとくく悩むかもしれません。このような、人間関係の受け止め方あるいは「心の構え」がストレスに大きく影響します。

ストレスチェック制度の特徴は従業員個人だけではなく、職場に構造的な問題がないかを調べることも目指しています。企業が利益を上げるのが難しくなっている昨今、従業員個人でできることは限られるにもかかわらず、売り上げ達成に向けて強いプレッシャーを受けていることがあります。従業員のストレスが強い職場というのは、そもそも事業の内容・やり方に問題があるのではないかと上司・管理職に見直しを図るシグナルでもあります。ストレスチェック制度を生かすことで、職場の改善も望めるのです。



ポイント

認知症予防
お茶と人の関係は飲むだけにとどまりません。「夏も近づく八十八夜」という茶摘みの歌は、江戸時代から活躍する女性のお茶摘みの季節労働者を歌った歌でもあります。昨今の生活や仕事は、季節感が乏しくなりました。5月だからこそこそでできるイベントなどを計画してみましょう。スマートフォンやパソコンで「5月」「イベント」で検索し、今まで関心が無かったものにも、出掛けてみてはいかがでしょうか。興味の幅を広げ、体を動かすことにより認知症の予防にも効果があるはずです。

【病院便り】
多古中央病院の受付時間は午前11時30分までとなっています。それ以降は、医師も検査や手術などに対応できないこともあるため、受診前に必ず確認の電話をお願いします。

ただらだと仕事をする、長時間労働を助長するよ



文/多古中央病院 内科 宇都宮隆法

☎ 76-2211

あなたの手で作ってみませんかー経費の一部を補助しますー 多古町産農畜産物の特産品開発!



農畜産物の魅力をまるごと「ぎゅ〜っと」詰め込んで、広くPRできるお土産品となるような特産品の開発事業などを行うための経費の一部を補助します。

- 補助対象者** ● 町内で農畜産物を生産・加工・製品等の販売を行う個人、法人または団体など
- 対象経費** ● 開発経費、品質検査経費、パッケージ・ラベル製作費、広告宣伝費など ※人件費は除く
- 補助対象事業** ① 特産品開発事業 ② 魅力発信事業 ③ ブランド推進事業
- 補助額** ● 対象経費の2分の1(上限50万円まで)
- 申請方法** ● 申請書に必要事項を記入し産業経済課に提出
- 申請期限** ● 5月25日(金)まで

お問合せ ● 産業経済課農業振興係 ☎ 76-5404

体の健康を保つには お口から 後期高齢者歯科口腔健康診査実施のお知らせ



いつまでも自分らしく元気な生活を送れるように千葉県後期高齢者広域連合では、満76歳(昭和17年4月2日~昭和18年4月1日生まれ)になる被保険者を対象に、お口の健康維持や肺炎等の病気を予防するため、6月1日から12月28日にかけて歯科口腔健康診査を実施する予定です。該当する方で、この健診を希望する方は住民課国保年金係にお問い合わせください。

健診を受けた後は、結果の説明や指導事項をよく聞き、治療の指示があった場合は早めに対処しましょう。

お問合せ ● 住民課国保年金係 ☎ 76-5405

高齢者の暮らしを支えるために

出前講座を開催しています!

Q. 出前講座ってなに?

A. 「健康」「福祉」「介護」「介護予防」などについて知っていただくために、各地区の集会所等へ出向かせていただき、ご希望のテーマについて講座を行います。

Q. いつ来てくれるの?

A. いつでも伺います。ご希望のテーマによって講師を派遣しますので、1カ月前までにご相談ください。

Q. 費用は?

A. かかりません。



五辻・つつじヶ丘地区出前講座(H30.2.15)の紹介

「元気なうちから介護予防! ~今から必要な? 必要です! ~」と題し、保健師1名と介護予防サポーター(いきいきサポーター)9名で講座を行い、40名という多くの方にご参加いただきました。講話と体操を約1時間半楽しみ、体操が終わった後はお茶会をして終始笑いの絶えない会となりました。「継続は力なり」です。地域の仲間と体操・交流を継続することで、心と体の健康づくりを楽しみ、また仲間同士のつながりを深め、広げていき、元気な地域づくりができると思います。



お問合せ ● 地域包括支援センター ☎ 70-6111

町長日誌

(3月1日~31日)



2月27日~3月9日	議会3月定例会
2日	空港対策特別委員会協議会
3日	喜多大原地区総会 多古町社会福祉大会
4日	農漁村ルネサンス体験主張大会(旭市)
5日	文教産業建設常任委員会 総務厚生常任委員会
6日~7日	予算審査特別委員会
8日	多古高等学校卒業式 北総東部土地改良区理事会(香取市)
9日	ゆうゆう塾・女性大学合同閉講式
10日	多古中学校卒業式
12日	国際交流海外派遣事業ニュージーランド出発式(成田市)

13日	成田空港に関する四者協議会(千葉市)
16日	常磐小学校卒業式 議会全員協議会 五辻地区説明会(空港機能強化関係)
17日	圏央道大栄・横芝間起工式(成田市) 喜多区総会
20日	多古こども園卒園式 多古町農業協同組合園芸部総会 成田空港周辺地域共生財団評議員会(成田市)
22日	サケ放流事業監査 国民健康保険直営診療施設協会理事会(千葉市)
24日	多古町農業協同組合通常総代会
26日	三和酪農農業協同組合通常総会(香取市)
27日	圏央道事業推進調整会議設立会議(千葉市) 「原子力災害時における県外広域避難に関する協定」締結式(香取市) 多古町農業協同組合大和芋部会
28日	固定資産評価審査委員会
29日	成田国際空港騒音対策委員会(成田市)