

健康コラム

改正労働安全衛生法について

4月1日から労働安全衛生法が一部改正されました。今回はその中の一つに挙げられている長時間労働についてお知らせします。

事業者は労働者の週40時間を超える労働が1カ月当たり100時間を超え、かつ、疲労の蓄積が認められるときは、労働者の申し出を受けて、医師による面接指導を行わなければならないと定められています。

月当たり80時間を超えた全ての労働者に、面接指導を実施する。週40時間を超える労働が1カ月当たり45時間を超えた労働者に係る作業環境、労働時間などの情報を産業医に提出し、事業者が産業医から助言指導を受ける。

老人レジャー農園利用者を募集
対象は60歳以上の市民。募集農園 牟礼5丁目老人レジャー農園(牟礼5 1754) 3区画(三角区画を含む)
利用期間 5月10日(水)～平成19年2月28日(水)

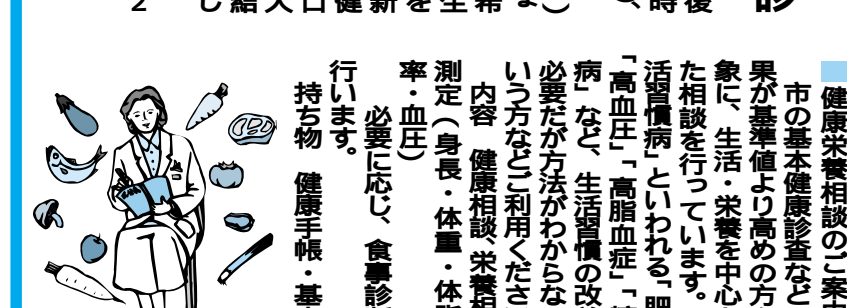
シルバー人材センターの就業支援無料講習会
「芝生の手入れと除草」対象はおおむね60歳以上でシルバー人材センターに入会し就業できる方。
5月9日(火)～24日(水)のうち10日間、午前10時～午後4時、東京しごとセンター(JR地下鉄飯田橋駅徒歩7分)および東京障害者就業能力開発校(小平市)で。

三鷹市健康・福祉総合計画2010(改定)が確定しました
市の基本目標である「高福祉・高福祉」をめざし、市民のみなさんがいつまでも地域で安心して、生活できるまちづくりを実現することを目的とした「三鷹市健康・福祉総合計画2010(改定)」が確定しました。

精神保健相談をご利用ください
精神保健医療相談 4月18日・25日、5月16日・23日の火曜日午後2時～4時
思春期相談 5月12日(金)午前9時30分～正午
アルコール相談 5月22日(月)午後2時～4時

40～70歳の女性の方に春の骨粗しょう症健診
対象は40～70歳の女性の市民で2日間とも参加できる方。ただし、平成15～17年度にこの健診を受けた方と現在骨粗しょう症で治療中の方、妊娠中の方は除きます。

健康栄養相談のご案内
市の基本健康診査などの結果が基準値より高めの方を対象に、生活・栄養を中心とした相談を行っています。「生活習慣病」といわれる「肥満」「高血圧」「高脂血症」「糖尿病」など、生活習慣の改善が必要だが方法がわからないという方などにご利用ください。



生活習慣改善・歯周疾患改善指導のご案内
生活習慣改善指導 対象は基本健康診査の糖尿病検査で「指導が必要」とされた40歳以上の方。健診を受けた医療機関で、希望により6カ月間に3回の個別指導と2回の血液検査が受けられます。
歯周疾患改善指導 対象は

いきいき大学受講生募集
社会福祉協議会主催 対象は在勤を含む55歳以上の市民の方。健康増進や社会参加についてなど幅広く学びます。
5月24日・8月9日の毎週水曜日午後1時30分～4時 福祉会館で。

こもれびぽつとサークル
65歳からのウォーキング」NPO法人こもれびでは市との協働で高齢者の方と毎月さまざまな活動を行っています。5月は身体に無理なく美しく歩くための姿勢と身体の調整方法です。対象はおおむね65歳以上の方。

多摩府中保健所
4月の食品衛生出張窓口
4月27日(木)午後1時30分～4時 総合保健センター別館2階で。
同保健所武蔵野三鷹地域センター ☎54 2209

休日歯科応急診療所の電話番号が変わりました
三鷹市休日歯科応急診療所
所在地 新川6 35 28 (総合保健センター)
新電話番号 ☎46 3234
診療日 日曜日、祝日、年末年始の午前10時～11時45分、午後1時～4時
☞総合保健センター ☎46 3254

計画では、地域福祉・地域ケアの推進、バリアフリーのまちづくりの推進、子育て支援策の一層の充実、健康づくりの推進などを行うこととしています。
計画の全内容は市のホームページに掲載しているほか、相談・情報センター(市役所2階)で有償頒布(340円)しています。
☞地域福祉課 ☎内線2612