

私たち「健診」を受けます!

健康状態を気軽に知ることができる健診は、継続して受けることで体の変化を知り、病気の予防や早期発見につなげることができます。コロナ禍を乗り切るためにも、健診や必要な医療はきちんと受けて、健康管理をしていきましょう。

ウィズコロナ時代、だから「健診」!

会社と従業員が一体となって健康管理



東洋染工株式会社
山本 隆英さん(66)
常務取締役工場長
清水 文男さん(44)
施設課 課長

東洋染工 株式会社
本社/坂井市春江町田端 43-15
事業内容/染色加工、衣料資材、医療資材、産業資材の製造販売

従業員約250人の3割が二交代の工場勤務。夜勤のある不規則な生活は肉体的だけでなく精神面の健康にも注意が必要です。同社の健診は、検診車を会社と呼んで数日に渡って実施しており、受診率は100%。夜勤勤務者は年2回実施し、35歳以上の生活習慣病健診も今年から全額会社負担としました。工場長の山本さんは、「会社としてやるべきことは、まず職場の安全。そして医療的なチェックと日々のコミュニケーションで、従業員の心と体の健康を守ることです。でも一番必要なのは個人の健康への意識ですね」と言います。会社では「健康会議」を設置し、社員の健康意識を高める後押しをしています。昨年はアンケートを参考に社員食堂で「ベジ曜日」を設け、今年は禁煙を目標に掲げました。「機械は適切な整備できちんと動いてくれる。人間も同じだと思います」と言うのは施設課の課長。



清水さん。施設課は8人のうち3人が70歳代。「健診を受け、運動や酒量制限などで体調を整え毎日意欲的に仕事に取り組み姿勢は、若手の目標にもなっています」と言い、会社や家族のサポートの重要性も実感しているそう。コロナ禍を機に大きく変わる社会。働き方の変化に対応するためにも、心身の健康が重要です。11月の健診も日程を調整して密にならないよう注意しながら予定通り実施することになります。



天谷 健二さん(40)
株式会社「天膳」代表取締役社長

「熟成かつ 天膳」2店舗を経営。新型コロナウイルスの影響で売り上げが落ち込む中、経営者仲間を誘ってSNSネットワークを使い、テイクアウトや宅配サービスの実施を知らせる「#頑張りろ福井グルメ」を開設。

新型コロナで経営者はみな打撃を受けましたが、特に我々飲食店には厳しかった。基盤が弱い個人経営の店は多いし、人が来なければ売り上げはない。仕入れや人件費、そして今後のことを考えると精神的にもきつかったし、それは今も続いています。何とかやれているのは、体がついてきてくれたからですね。こんな時だからこそ、健康の大切さが身に染みます。健診は3年前から、一番仕事が調整しやすい11月と決めていました。下の子を授かって「子どもの成長を見届けるために、体に気を付けない」と思ったのがきっかけです。飲食店は時間も不規則で土日休めないし、都合が悪くなった従業員に代わって店に出たりと、毎日慌ただしく時間が過ぎていきます。健診の結果を見ると「結構大丈夫なんだ」とほっとしたり、思わぬところで注意点が見つかったり。

やはり結果を示されると食事などにも気を付けて、ちょっとした目標もできますよね。ウィズコロナの時代は、経営方針や営業形態の見直し、さらに従業員の体調チェックも含めた店側の健康管理が重要になるのは間違いありません。そして正しい経営判断や新たなアイデアを生み出すために必要なのは、健康な体と心。忙しくても健診はきちんと受けていきたいと思っています。



経営者として健康を保つ努力を

健診をきっかけに乳がんが発覚



乳がんが見つかったのは2016年の秋。義父の最後を看取った後に「何だかしんどいし、一度きちんと診てもらおう」と思い、いつもの市の集団健診にプラスして、子宮がん検診と乳がん検診を受けたんです。すると左胸にステージIIaの乳がんを発見。小さながんが散らばっていたため触って確認できるしこりもなく、自分で見つけることはまず無理でした。健診というきっかけと、「念のためMRIを」というお医者様



日置 いづみさん(42)
料理教室「いづみ庵」主宰

愛知県から結婚で大野市へ。地元酒蔵の杜氏の夫と娘2人の4人家族。両親の介護と自身のがん闘病をきっかけに食の大切さを再認識し、2018年、グルテンフリーのパンや体にやさしい料理を教える教室を開設する。URL:www.izumian.com

の判断で今こうやって生きています。体って正直なんです。当時は朝子どもたちを送り出すと、チョコレートの大袋を一気に食べ尽くして後は何をやる気力もありませんでした。私の場合、体のSOSが食の異常となって現れていたんですね。それでも検査で結果を示されなければ我慢していたと思います。元々食には関心があつたのですが、病気をきっかけにグルテンフリーや白砂糖抜きの食生活を実践して体調がよくなり、このことを伝えたくて「いづみ庵」を始めました。健診を受けるべきだと思う理由をもうひとつ。実は私の両親はがんで亡くなっているのですが、母が亡くなり、父、そして自分が病気になるまでの16年の間に、医学も医療機器も格段に進歩したのを肌で感じているからです。健診で早期発見できれば、もっと助かる命があるはずですよ。

福井県医師会よりメッセージ

必要な受診・健診・予防接種を控えないで。

新型コロナウイルス感染を恐れて必要な受診まで控える傾向があります。その中で、病気の早期発見と早期治療、病状変化への対応が遅れるケースも見られました。外出自粛の影響が運動不足や精神疲労を引き起こし、見えないダメージも懸念されます。秋冬に備え、県内の医療機関では関係各所と協力し感染症対策をこれまで以上に強化。新型コロナとインフルエンザの同時検査体制も整備しました。感染を心配して、健康診断、人間ドック、がん検診、定期予防接種を含む必要な受診を控えることは、健康悪化のリスクを高めることになります。不安を抱えて我慢することなく、かかりつけの医療機関を受診してください。

福井県医師会長 池端 幸彦



福井県保険者協議会

〒910-8580 福井市大手3丁目17番1号
TEL 0776-20-0352 FAX 0776-20-0643

福井県保険者協議会 検索