



あけましておめでとうございます

安全で健康な一年となるよう ひとり一人が自律し 連携して取り組む
新たな時代のゼロ災活動を めざしましょう

インフルエンザ予防接種を受けよう

インフルエンザは感染した人の”せき”や”くしゃみ”などのしぶきと共に放出されたウイルスを鼻・口から吸入することにより感染します。

湿度が低い冬期は、感染しやすいので予防しましょう。

東京実業健保組合の保険証をお持ちの方は、ワクチン接種の補助を受けることができます。活用してみましょう。

①補助金額 1000円／1回のみ

②申込期間 2023年3月末まで

③接種場所 指定された医療機関

※まずは東京実業健保組合のHPをご覧ください



東京実業健保組合

感染予防のき・ほ・ん

手洗い



①流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります

②手首も忘れずに洗いましょう

換気



室内換気の程度は、30分に1回5分程度、窓を開けるのが目安です。

せきエチケット



マスクを忘れずに



安全衛生教育促進運動 2022年12月1日～2023年4月30日



安全に衛生的に作業をするために、一定の危険有害な作業をする場合、必要な知識、技量などを身につける、安全衛生教育が義務付けられています。

より高度な作業をする場合は、資格が必要になります。

エイジェックには「推奨資格取得支援制度」があります。

あらゆる分野の作業資格が「推奨資格」とされており、取得すると、その難易度に応じて報奨金が支給されますよ。



禁酒の日



1月15日は「禁酒の日」です。

飲み過ぎは、体のさまざまな機能を少しずつ阻害します。

とくに肝臓への悪影響が大きいです。禁酒することにより、自分の肝臓を助けてあげましょう。

『つころうよ 週に二日は休肝日』



週に二日は禁酒しましょう

—アルコール健康医学協会HPより—