

衛生委員会 議事録

日時	2019年11月28日						18:30	～	19:00
場所	とうざい株式会社 1階事務所								
参加者	○	曲道英治	○	境力	○	小笠原さやか			高木伸也
	○	境恭平	○	木村勇	○	神山敏則			杉村達見
		鳶林直子		宮崎敦子		土橋優華	○		上村純子
	○	八重沢秀美							

※氏名の前の「○」は参加、「空欄」は不参加

議題	審議内容
1. 各事業所からの報告	帝商…鉄板の上で滑って転びそうになったり、車でバックしているときに自転車が来たり、とヒヤリハットが複数ありました。 熊さん…社内でインフルエンザが出ています。 時期的に路面の凍結等も出てきますので移動の際や業務中も転倒や怪我のないように気を付けましょう。
2. 11月度のテーマ インフルエンザについて	2019年のインフルエンザは流行期が例年よりも約1ヶ月早いものとなっています。流行入りが早いと規模が大きくなったり期間が長引くため、特に注意が必要です！11月28日時点では三八地方が一番感染者が多く学級閉鎖も行われています。 *インフルエンザワクチンについて* ワクチンはインフルエンザに絶対にかからないというものではありません。しかし、発病を予防することや、発病後の重症化や死亡を予防することに関しては一定の効果があるとされています。 *予防方法* ①正しい手洗いうがい…指先や手首までしっかりと洗いましょう ②こまめな水分補給 ③ビタミンDを積極的に摂取する ④適度な湿度(50%～60%)を保つように調整する ⑤人混みへの外出を避ける ⑥紅茶を飲む・紅茶でうがいをする 等々… ◇水分補給…ウイルスのどや鼻の粘膜から細胞に侵入するまで最速で20分と言われています！20分おきの水分補給を心がけましょう！ ◇ビタミンD…鰯やニシン、鮭等の魚介類や、きくらげ・しめじ等のキノコ類、卵黄などに多く含まれると言われています。脂溶性ですので、炒め物や揚げ物にして吸収率をUPさせて食べましょう。 ◇紅茶…紅茶は緑茶やココアに比べ、インフルエンザを無力化する能力が高いことがわかっています。紅茶ポリフェノールが「スパイク」に付着し、細胞に吸着する能力を奪う力が強い為です。 飲むときには【ストレート又はレモンティー】 ミルクティーでは、紅茶ポリフェノールがミルクのタンパク質に取り込まれ感染力を奪う力が無くなってしまいます。お砂糖やはちみつはOKです！ もしも疑わしい場合には、うつさないことも考え無理せずに病院へ行きましょう！
3. 最後に	次回は12月19日(木)、18時半～19時の予定です。 テーマは「ストレスチェックについて」です。よろしくお願いします。

とうざい株式会社

添付資料：インフルエンザについて

承認	審査	担当
曲道	小笠原	恭平

2019年12月2日 作成