

あんず



特集

- 有機溶剤健康診断のご案内
- 熱中症にご注意
- 看護職再就業支援研修の
受講生を募集します

2012.7
10号

有機溶剤健康診断について

有機溶剤中毒予防規則第29条に基づき、有機溶剤を取り扱う業務（労働安全衛生法施行令第22条第1項第6号）に従事する労働者に対して、雇入れや配置替えの際、またその後6カ月以内ごとに1回定期的に健康診断を実施しなければなりません。

有機溶剤のからだへの影響について



●共通の影響

粘膜・皮膚への脱脂・刺激作用
麻酔（中枢神経抑制）作用

●特徴的な影響


肝臓に影響をおよぼす溶剤 ◆検査項目 肝機能検査（GOT、GPT、γGTP）	オルトージクロルベンゼン、クロルベンゼン、四塩化炭素、1,1,2,2-テトラクロルエタン、1,2-ジクロルエタン、1,2-ジクロルエチレン、トリクロルエチレン、テトラクロルエチレン、クロロホルム、1,4-ジオキサン、N,N-ジメチルホルムアミド、クレゾール、等
腎臓に影響をおよぼす溶剤	同上（塩素系、芳香族・脂肪族炭化水素、グリコール誘導体） ピリジン、二硫化炭素、等
血液、造血器官に影響をおよぼす溶剤 ◆検査項目 貧血検査（血色素量、赤血球数）	グリコール誘導体（エチレングリコールモノエチルエーテル、エチレングリコールモノエチルエーテルアセテート、エチレングリコールモノブチルエーテル、エチレングリコールモノメチルエーテル）、等
末梢神経に影響をおよぼす溶剤	ノルマルヘキサン、メチルイソブチルケトン、トリクロルエチレン、トルエン、キシレン、スチレン、二硫化炭素、等
視神経に影響をおよぼす溶剤	メタノール、酢酸メチル、等
脈管病変をおこす溶剤 ◆検査項目 眼底検査	二硫化炭素（特に眼底動脈硬化）

尿中代謝物検査について

●下表の8種類の有機溶剤につきましては尿中代謝物量検査を実施しなければなりません。

有機溶剤の種類	検査内容
キシレン	尿中メチル馬尿酸量
N,N-ジメチルホルムアミド	尿中Nメチルホルムアミド量
スチレン	尿中マンデル酸量
テトラクロルエチレン	尿中総三塩化物量
1,1,1-トリクロルエチレン	尿中総三塩化物量
トリクロルエチレン	尿中総三塩化物量
トルエン	尿中馬尿酸量
ノルマルヘキサン	尿中2,5-ヘキサンジオン量

尿中代謝物検査を受ける方への注意点

- 健康診断前日に、飲酒をしないようにしてください。 禁酒
 - 健康診断前日と当日は、杏、苺など（ベリー系）の果実・ジャムなどを食べないようにしてください。
 - 健康診断前日と当日は、合成保存料を多く使った食品（梅肉エキス、ふくじん漬、きなこ、桂皮など）を食べないようにしてください。
 - 健康診断当日はノンカロリー炭酸飲料、ドリンク剤を飲まないようにしてください。
 - 風邪薬（市販の薬を含む）を服用している方は問診票にご記入ください。
- ※注意点を守らないと尿中代謝物の値が変わってしまう場合があります。正しく健康状態の把握ができなくなることがありますので、ご協力をお願いいたします。



作業環境測定について

- 健康診断のほかに作業環境の測定も義務づけられています。



熱中症を予防しましょう!



熱中症は、高温多湿な環境下での、作業や運動により、体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体内の調節機能がこわれるなどして、発症する障害の総称です。

家の中でじっとしている時や、寝ている時も室温や湿度が高いために、熱中症になる場合がありますので注意が必要です。



こまめに水分補給し、汗をかいたら塩分も補給!



重症度	症状	対処法
I 度	めまい、立ちくらみ 筋肉がつる、汗が止まらない	水分と塩分の補給、涼しい場所でやすむ。 服を弛める。
II 度	頭痛、だるさ、吐き気、嘔吐	涼しい場所で足を高くして休む。 水分と塩分の補給をしてから病院に行く。
III 度	意識障害、痙攣、高体温 手足の運動障害	すぐに救急車を呼ぶ。来るまでの間、水や 氷で血管(首、脇の下、太もも)を冷やす。 意識がないときは水分は与えない



こんな時は救急車を呼んで!



- 自力で水が飲めない、脱力感や倦怠感が強く動けない場合
- 意識がない、全身のけいれんがある場合



熱中症予防のポイント



- 1 日頃から睡眠を十分にとり、栄養バランスの良い食事と体調に気を配る。
- 2 作業前、作業中、(運動) 休憩時などには水分をこまめに補給する。大量に汗をかく場合には、塩分(ナトリウムを多く含むスポーツドリンクや梅干しなど)も補給する。
- 3 服装は通気性や吸湿性の良いもので、体をしめつけない。外出時は帽子など日よけ対策も。
- 4 無理をせず、適度に休憩をとる。(冷房のある施設や日陰などの涼しい所で休憩する)
- 5 部屋の温度をこまめにチェックする。室温は28度を超えないようにエアコンや扇風機を使用する。



熱中症の応急手当



- ※ 涼しい所へ移動し、衣服を弛め、安静に寝かせる。
- ※ エアコンをつける、扇風機・うちわなどで風をあて、体を冷やす。
- ※ 脇の下、太もものつけねなどを冷やす。
- ※ 水が飲めるようであれば水分を少しずつ頻回に取らせる。



※一部 fdma.go.jpより引用しました

受講生を募集しています

看護師、准看護師の免許は持っているが、離職期間が長いので再就職に不安をお持ちの方へ。最近の医療看護の知識・技術を習得できるよう、当看護専門学校がお手伝いします。

研修コースは2つのタイプをご用意しました、ご希望のコースをお選びください。

総合型研修コース(Aコース)

基礎講義4日間と医療施設研修3日間のコースです。

そろそろ職場復帰をとお考えの方に、基礎知識と技術そして最近の医療現場で研修していただきます。

期間：9月3日より

人数：20名程度

費用：無料



医療施設派遣型研修コース(Bコース)

医療施設で3日間研修していただくコースです。

知識や技術はともかく、最近の医療施設や看護の現場を知りたいという方を対象とします。

期間：3日間（日程は受入れ医療機関と別途調整いたします）

人数：1人からでも参加できます

費用：無料



お電話は今すぐ、お問い合わせください。

日立メディカルセンター看護専門学校

准看護学科



准看護学科 入学式



准看護学科
交流会



准看護学科1年
初めての学内実習

看護学科



看護学科 入学式



看護学科1年
人間関係論



看護学科2年
臨地実習に向けての学内実習

あなたも看護師を志しませんか

<学校見学説明会> 7/24(火)・8/3(金)・10/30(火)

<看護職再就業支援研修> 9/3(月)～9/6(木)

<平成25年度入学試験日程>

准看護学科

推薦：平成24年12月13日(木)

一般：平成25年2月7日(木)

看護学科

推薦：平成24年12月6日(木)

一般：平成25年1月17日(木)

学生募集要項は、平成24年7月上旬に配布開始予定です。

詳しくは、学校へお問い合わせください。

日立メディカルセンター看護専門学校のホームページもご覧ください。

<http://hitachi-medical-kango.ac.jp>

特定健康診査のお知らせ

社会保険に加入する被扶養者(ご家族)のみなさまへ

特定健康診査がはじまっています。

受診する際には、お住まいの市発行の健康(保健)カレンダー、市報及び広報誌などで健診会場をご確認のうえお越しください。

受診の際にお持ちいただくものは次のとおりです。

- ・ 特定健康診査受診券
- ・ 健康保険証
- ・ 健診料金(負担金は受診券に記載されています)

※オプション検査が受診できます。

北茨城市・高萩市・日立市・常陸太田市の健診会場にて心電図・眼底検査・貧血検査をセットで受診できます。

健診料金は、1,700円で当日受付にてお申し出ください。

是非、この機会にご利用頂き健康管理にお役立てください。



夏季休業のお知らせ

平成24年8月13日(月)より17日(金)まで夏季休業により健診業務を休ませていただきます。ご面倒をおかけしますが、ご了承の程よろしくお願い申し上げます。

公益財団法人 日立メディカルセンター

TEL 0294-34-2105
FAX 0294-34-3718
〒316-0004 日立市東多賀町5-1-1
ホームページのご案内
<http://hitachi-medical.or.jp/>

日立メディカルセンター看護専門学校

TEL 0294-59-3200
FAX 0294-24-3201
〒317-0066 日立市高鈴町1-4-10
ホームページのご案内
<http://hitachi-medical-kango.ac.jp/>

個人情報保護について

当センターでは、利用者の皆様により良い健康診断を受けて頂けるように努力を重ねております。「利用者の個人情報」につきましても、正確かつ安全に取り扱い保護管理することが社会的責務と考えております。