

健康で働き続けるために…

～50歳代からのメッセージ

豪華講師陣で贈る「10分間リレー講義」

あなたは、50代になっても健康でいきいきと
働き続けている自分の姿を思い浮かべられますか？

小野雄一郎先生（藤田保健衛生大学）
「メンタルヘルスをストレスから守る」
06 健康調査～メンタルヘルスの調査で、保
育労働者に出た特徴的傾向は、自由裁量度と
メンタルヘルスにあまり関係が
ないということですね…

島岡みどり先生
（名古屋大学総合保健体育科学センター）
「体力は高ければいいのか？」
体力に関係なくみんなが疲れている
みたい…。

日時・場所
2月16日(金) 19:00～20:45
労働会館本館 第3会議室



黒田温子さん
（ひまわり保育園保育士）
職業病も乗り越えて毎日
楽しく保育しています。
50代半ばの秘訣とは…。

飯田忠行先生
（藤田保健衛生大学）
「骨密度からわかること」
年齢が上がれば骨密度が減って
いくのはご存知でしょうが、実は
骨密度ってストレスでも減少する
んですよ。

原田謙二さん
（職場安全衛生委員会事務局）
メンタル病休者が続発している
昨今、職場全体で安全衛生の取り
組みを見直し始めました。

吉戸瑛子さん（たんぽぽ保育園保育士）
ナント3月で定年退職です！私が定年ま
で働いてこれたのは、やっぱり職場・職員集
団に支えられたから…。

10分間ずつのリレー講義の後は、フロアから
の質問・意見をたくさん受け付けます。

自分の健康のこと、職場の人のこと、職場の
こと、あるいは健康を守る取り組みのこと、な
んでも良いです。

約40分、たっぷり時間をとってありますので、
質問したいことを用意してきてても良いですよ。



《主催》

2006年度特殊健康調査実行委員会
問い合わせ：福保労 ☎881-2971