

ひだまり通信

第 23 号

令和 7 年 秋



011-676-3131

ひだまりエッセイ

9月22日に執筆しています
が、連日猛暑から急転して秋らし
さを感じています。

私事ですが、今年の健康診断の
結果が良くなかったので、健康診
断について調べてみました。

日本の健康診断の始まりは、昭
和17年の工場法施策規定の改正
で、工場法の適応のある全労働者
に対して工場主に義務付けられ
たことに始まります。当時は大き
な社会問題になっていた結核に対
処したものでした。その後、労働
基準法の施行により全労働者が
対象になり、昭和49年の労働者
安全衛生法に健診の規定が引き
継がれ、現在に至ります。

定期健康診断は労働者に対し
て年1回以上の実施が義務付け
られています。最近では、メン

タルヘルス対策としてストレスチ
ェックも行うようになりました。
人間ドックは、健康診断よりも
詳細に調べる検査で、病気の早期
発見や予防を目的にした総合的
な健康チェックです。費用は健康
保険の対象外になります。

今回の健康診断を受け、自分
自身の生活を見直すきっかけに
なりました。食事内容や食事量・
生活習慣の見直し、来年はよい健
康診断の結果になるように頑張
りたいと思います。

地域連携部むすびめ

医療ソーシャルワーカー

後藤雅人



季節を感じる

静明館では施設の中においても季節を
感じられるように、様々なイベントを
しています。

昨年は「手持ち花火」で遊びまし
たが、今年は夏祭りをイメージした「輪投
げ大会」と外でしゃぼん玉を飛ばしま
した。

お祭りの音楽の中で行った「輪投げ
大会」は、点数を競って一位二位三位に
賞品が、その他の方も参加賞が当たり
ました。外で飛ばしたしゃぼん玉は空
高く飛び、童心を思い出しながらきれ
いな球体を眺めていました。



今年の夏は北海道
とは思えないほどの猛
暑続きでしたが、それ
でも短い夏を楽しむこ
とは続けてきたいと思
います。来年は何をし
ようかな

さきえあう地域委員会

中村明子

発行：医療法人財団

静明館診療所 静明館訪問看護ステーションののほな・そらいろサテライト サービス付き高齢者向け住宅あいのて
小規模多機能型居宅介護事業所つるかめ 老蘇訪問介護事業所 静明館居宅介護支援事業所はれのし