



社会保険労務士法人つむぎ

つむぎだより No.61

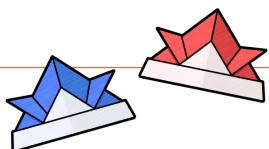
＝お楽しみ会＝

4月末に社内お楽しみ会を行いました。言わずと知れた「ビンゴゲーム」大抽選会です！今回は新しいスタッフの歓迎会も兼ねた久しぶりの開催でした。

ゲームの景品は、毎回頭を悩ませながら、選んでいます。甘いもの好きのスタッフが多いので「甘納豆」を購入したものの、受け取ってみると、賞味期限が抽選会より前であることが判明。お楽しみ会を待たずして、みんなで美味しくいただきました。景品の追加購入が功を奏したのか、今回もビンゴゲームは大いに盛り上がりました。

忙しい中でのひと時でしたが、楽しい時間を過ごすことができましたと思います。

5月からつむぎの第6期がスタートします。スタッフともども、気持ち新たに頑張りますので引き続きよろしくお願い申し上げます。
(川東)



★2025年5月号

1、STOP！熱中症 クールワークキャンペーン

職場における熱中症※1予防対策を徹底するため、厚生労働省は5月から9月まで、「STOP！熱中症 クールワークキャンペーン」を実施します。

●キャンペーン概要

厚生労働省では、労働災害防止団体などと連携して、事業場への熱中症予防に関する周知・啓発を行う他、熱中症に関する資料やオンライン講習動画等を掲載しているポータルサイトを運営します。

近年、熱中症による死亡者数が年間30人程度の状況が続いているため、周知、啓発にあたり、以下の3点を重点的に呼びかける予定です。

- 1) 暑さ指数(WBGT)※2の把握とその値に応じた熱中症予防対策を適切に実施すること
- 2) 熱中症のおそれのある労働者を早期に見つけ、身体冷却や医療機関への搬送等適切な措置ができるための体制整備を行うこと
- 3) 糖尿病、高血圧症など熱中症の発症に影響を及ぼすおそれのある疾病を有する者に対して医師等の意見を踏まえた配慮をおこなうこと

●熱中症による死傷災害の発生状況

令和6年の速報値では、休業4日以上の死傷者数は1,195人、うち死亡者数は30人となっています。業種別にみると、死傷者数の約4割が建設業と製造業で

発生しています。また、死亡者数は、建設業が最も多く、次に製造業と運送業が同数で続きます。その多くの事例で、暑さ指数(WBGT)が把握されておらず、熱中症発症時の措置の確認／周知の実施等が行われていませんでした。また、糖尿病、高血圧症など熱中症の発症に影響を及ぼすおそれのある疾病や所見を有している事例も見られ、医師等の意見を踏まえた配慮がなされていない事例もありました。

この機会に暑さ指数の把握や緊急時の対応についての確認をお勧めします。

※1 熱中症とは

高温多湿な環境下において、体内の水分と塩分(ナトリウムなど)のバランスが崩れたり、体内の調整機能が破綻するなどして、発症する障害の総称。めまい・失神、筋肉痛・筋肉の硬直、大量の発汗、頭痛・気分不快・吐き気・嘔吐(おうと)・倦怠(けんたい)感・虚脱感、意識障害・痙攣(けいれん)・手足の運動障害、高体温などの症状が現れ、最悪、死に至る場合がある。

※2 暑さ指数(WBGT)とは

気温に加え、湿度、風速、輻射(放射)熱を考慮した暑熱環境によるストレスの評価を行う暑さの指数。



＝季節のコラム＝

5月5日は「こどもの日」。こいのぼりを立て、五月人形を飾り、菖蒲湯に入ること。

お湯に入っているのは、アヤメ科の「ハナショウブ」の葉ではなく、「ショウブ」の葉。分布は広く、ユーラシア大陸から北米大陸の温帯から暖帯の、池や溝のそばで群生しており、その花は目立たない黄緑色の棒のような円柱状の小さな花の塊で、斜め上にのび、下から順に咲いていきます。中国では古来より、形が刀に似ていることや邪気を祓うような爽やかな香りを持つことから、男子にとって縁起が良いとされ、軒に吊るしたり、枕の下に置いて寝たりしていたとか。

香りがよいだけでなく、実際に血液循環促進、冷え性、肩こり、疲労痛に効能があるそうです。(鹿島)



社会保険労務士法人つむぎ

〒540-0012

大阪市中央区谷町2丁目1番22号

フェアステージ大手前ビル7階

電話: 06-4397-3358

FAX: 06-4397-3359

Email: info@sr-tsumugi.or.jp

営業時間

平日 9:00～18:00

HP: <https://sr-tsumugi.or.jp/>

2、マイナ保険証の有効期限をご存知ですか？

◆マイナンバーカードと有効期限

マイナ免許証の交付開始にあたり、現行システム上の注意点として、マイナンバーカードと運転免許証の更新順によって、免許情報を「再度」紐付けなければ、免許不携帯になるおそれがある、との注意喚起がなされましたが、マイナ保険証でも同様の注意が必要です。

マイナンバーカードの有効期限は、18歳以上は発行の日から10回目の誕生日まで（18歳未満は5回目の誕生日まで）ですが、マイナ保険証利用時等に利用する電子証明書の有効期限は、全年齢で5回目の誕生日まで、となっています。つまり、マイナンバーカードは有効期限内であってもマイナ保険証は期限切れ、ということが起こり得るのです。

◆有効期限が切れてしまったら？

マイナンバーカードおよび電子証明書は、有効期限の2～3カ月前を目途に有効期限通知書が送付されますので、市区町村窓口で更新手続きをする必要があります。

期限内に手続きができなかった場合、期限切れから3カ月間は引き続きマイナ保険

証で受診することができますが、3カ月を過ぎると受診できなくなります。それでも再発行の手続きをしなかった場合、3カ月以内に資格確認書が交付されます。

◆必要な手続きは？

前述の通り、有効期限が近づくと市区町村から有効期限通知書が送付されてきますので案内に従ってください。

通知書に交付申請用QRコードがある場合は、スマートフォンで申請の上、市区町村窓口で新しいマイナンバーカードと交換することができます。QRコードがない場合は、通知書に記載された必要書類を持って市区町村窓口へ行き、手続きする必要があります。

【厚生労働省「マイナ保険証利用時には電子証明書の有効期限をご確認ください！」】

<https://www.mhlw.go.jp/content/12400000/001459040.pdf>



3、今月のおすすめ本

今月は「不敗の人生をつくる言葉」(著者:井上 裕之 出版:致知出版社)をご紹介します。歯科医師であり、著書も多い方ですが、複数大学で役職を務められ、セミナーや講演もされているそうです。

この本では、経営者の言葉を集めていますが、ただ集めただけではなく、ご自身のお仕事(歯科医師)を通して、ご自身がより理解し、考え、実践してきた言葉を紹介されています。本の中では、具体的な実践内容も書かれていますので、とても参考になります。

私もそうですが、人は、本を読んで「やった気分」になりがちです。いわゆる

「論語読みの論語知らず」ですね。

そうならないためにも、この本は、日々の生き方、仕事に対する姿勢を見直す良い機会になる一冊だと感じました。お勧めです!!(川東)

