



マツモトキヨシ 労働組合ニュース

1734号
2023.7.30発行
発行人/砂川 佳信
編集人/倉持 有介
作成者/奈良バト 花絵
TEL/047-345-9180
FAX/047-345-9181
MAIL/mkunion@cocoa.ocn.ne.jp



労働組合HPへの
QRコード
パスワードは
mrousoK

マツモトキヨシ労働組合 組合員用です。

安全衛生委員会

5月度

健康習慣を身につけよう

2023年5月18日（木）新松戸本社5階会議室



安全衛生委員会は、労働安全衛生法において定められており、労働者の意見を事業者の行う安全衛生に関する措置に反映させるため、労使で毎月第3木曜日に開催しています。

健康経営に向けて、5月度は産業医の先生より「高ストレス者面談のフィードバック」についてお話を伺いました。面談の難しさや、ストレス耐性についてご教授いただきました。

ストレス耐性を高めるために、体を動かす事から始めましょう。良い健康習慣を身につけることは、様々な疾患の予防へと繋がります。

- 会社側/MCCマネジメント 管理本部人事部 人事労務専任部長 田久保繁
 MCCマネジメント 管理本部人事部 人事課ウエルネス担当 主任 進藤浩章
 MCCマネジメント 管理本部人事部 人事部ウエルネス担当 保健師 星野好美
- 産業医/医療法人社団麒麟会 若葉クリニック 理事長・院長 若月冬樹
 医療法人社団麒麟会 理事 吉橋准子
 医療法人社団嵐川 大野中央病院 地域支援部部長 日暮則夫
- 組合側/中央執行書記長 倉持有介 中央執行副委員長 平野優矢 中央執行委員奈良バト花絵

2023年5月度安全衛生委員会 内容

- 各種データについて(労災発生件数・休職者数・長時間労働)
 - 2023年4月の休職者数、時間外労働の状況、労災の発生状況を報告。
- 今年度のテーマについて

「高ストレス者面談のフィードバック」について(産業医/若月先生より)

 - 面談は限りある時間の中で行なわれなければならない、良い面・悪い面あり難しい。
 - ストレスチェックの分析が進んでいくなかで、アクションプランをたてる。
 - 今自分が幸せだと、つらいことのハードルが低くなり、ストレスへの抵抗力が大きくなります。
 - ストレス耐性を上げるとは、打たれ強くなることではなく、発散する方法をいくつか持っているかということ
 - 自分で自分の機嫌をコントロールできるかどうか、ストレス耐性にかかわっています。
 - 体を動かす事で脳の血流が増加して、気分が晴れます。少しでも体を動かす「運動の習慣」を身につけましょう。

<2023年度 定期健康診断の受診について>

「労働安全衛生法」では、原則1年以内毎に1回、法定健診を受けることが従業員に義務づけられています。必ず下記の期間内に受診をお願いいたします。

予約期間：2023年3月15日～2023年9月15日まで

受診期間：2023年4月 3日～2023年9月30日まで

※詳細は2023年3月9日に配信された「人事部業務連絡」をご確認ください。

<マツキヨココカラWAY> 3.私達一人一人が共有する喜びの心
■私達は、自分自身が健康で働けることに喜びを感じます。

新年度4月より、MC&C湯島本社・MCCM新お茶の水本社の安全衛生委員会にマツモトキヨシ労働組合も出席しています

2023年5月12日（金）WEB開催

<内容>

- ・自己紹介
- ・事務局からの状況報告
- ・私傷病（メンタル疾患）休職者の対応
- ・その他

CONFIDENTIAL

<<会議資料>>



2023年5月度 安全衛生委員会
(MC&C湯島本社・MCCM新お茶の水本社)



Matsukiyo Cocokara & Co.

未来の常識を創り出し、
人々の生活を豊かにしていく




2023年5月12日
株式会社MCマネジメント
管理本部人事課



マツキヨココカラ&カンパニー健康保険組合 LINE公式アカウントのお友達登録を!!

- ・健康保険組合からのお知らせ、お得情報、健康作りに役立つコンテンツが届くほか、手続き方法も解るようになっていきます。是非、お友達登録をお願いいたします。

健保からのお知らせ・お得情報をLINEで配信

マツキヨココカラ&カンパニー 健康保険組合LINE公式アカウント

開設しました! /

家族みんなで登録しよう!



今すぐLINEで友だち登録!



<https://lin.ee/KNg85pw>

私たち組合員って色々な補助やサービスを受けることができるのね!



健保の重要なお知らせ見逃していませんか? /

補助金申請や健診に関する重要なお知らせが届きます!!

生活習慣病やがんに関する健康知識などが手に入る!

健診予約もメニューにあるKENPOSボタンから簡単に!

手続き方法もすぐわかる!



健保からのお知らせ・お得情報がLINEで届きます!

保健事業施策、ご家族の健診のお知らせ(被扶養者対象※受診資格有)など健保からの大切な情報に加え、皆様の健康作りに役立つコンテンツをお届けします!

忘れず予約・申請・応募ができて安心!

健診申込、保健事業施策、イベントなどのお知らせが届きます。



メッセージをクリックでかんたん予約!

知ってよかった!

運動動画や健康知識、レシピなど、日常生活に取り入れやすい「健康コンテンツ」を配信します。



横にスワイプしてメッセージを確認できます!

ご登録の流れ

- 1 下記の「QRコード」を読み取り、「マツキヨココカラ&カンパニー健康保険組合」を友達に追加。
- 2 「1分で登録完了!ユーザー登録はこちらをタップ」の画像をタップ。
- 3 「保険証記号」「生年月日」を入力して、「友達登録」ボタンをタップ。





※スマートフォン機種等によって表示が異なる場合があります。

お問い合わせ (株式会社)
マツキヨココカラ&カンパニー健康保険組合LINE 事務局
(株)三菱総合研究所 インノベーション・サービス開発本部
info-kenkoyell@mlmri.co.jp

受付先
マツキヨココカラ&カンパニー健康保険組合 保健事業担当
010-6751515@matsukiyococokara.com