

パーソナルアシスタント町田通信

V O L . 5 7 2 0 1 0 年 8 月 発 行

◇今月は決算月です。早めに書類の提出を！

パーソナルアシスタント町田の決算は8月末日となっています。今年度の研修の最終月が8月です。健康診断書の提出も同様です。従って、去年の9月から今年の8月までに、一度も研修を受講していない人、健康診断書を提出していない人は、必ず受講及び受診をして書類を提出して下さい。

◇守秘義務と報告義務について

改めて「守秘義務」について確認です。守秘義務とは、「職務上知り得た秘密を正当な理由なく漏らした場合、処罰される。」ということです。Aという利用者様で勤務したときに知り得た情報をBという利用者様に話すことは守秘義務違反になりえます。また、不正や問題行為を発見した場合は管理者(私です)に報告する義務もあります。一見、守秘義務とは反対の行為にみえますが、守秘義務よりも管理者への報告が優先します。

8月になって暑い日が続いています。私のように体温調整に障害があるとこの暑さは厳しいです。利用者様が熱中症や疾病等により緊急対応をせざるをえなくなった場合、サービス提供責任者や下記にあるメールアドレスや緊急連絡先(携帯電話)に報告してください。

○生活習慣病について

日常の乱れた生活習慣の積み重ねによって引き起こされる病気を生活習慣病と言います。以前は「成人病」と呼ばれていましたが、子供の頃からの生活習慣が大きく関与していることがわかり、1996年12月に当時の厚生省が改称を提唱し、今日では「生活習慣病」と呼ばれるようになりました。

現在、日本人の3分の2が生活習慣病で亡くなっていると言われていています。がん・心臓病・脳卒中・糖尿病・脂質異常症・高血圧症・肥満症など生活習慣病にはさまざまな病気がありますが、その中でもがん・心臓病・脳卒中を3大生活習慣病と呼びます。

不規則な生活やストレスの蓄積、度を越えた飲酒、喫煙など生活習慣病を引き起こす原因は日々の生活に潜んでいます。逆を言えば普段の生活を見直すことが生活習慣病の予防に繋がることとなります。食生活ではお肉を食べる時一緒に野菜を取ったり、運動不足の場合は空いた時間に軽くウォーキングを試してみたり、お酒の飲み過ぎに気をつけたり禁煙を始めるなど、自分の出来ることから生活の改善を実践することが予防への大事な一歩です。

☆過去の通信ファイルや研修通信を確認するには、↓コチラ↓

パーソナルアシスタント町田 URL <http://www.pa-machida.co.jp/>

PAM 194-0013 町田市原町田 4-18-6-102 Mail : pam@pa-machida.co.jp 緊急時:090-1406-9367