

県立病院ではたらく仲間をつなぐ

2024. 1. 31

病院組合ニュース

No.167

愛知県病院事業庁職員組合

〒460-0001 名古屋市中区三の丸3-2-1

愛知県東大手庁舎内

電話(052)212-8031 FAX(フリアケス)0120-930-340

メールアドレス byoin@aichikenshoku.gr.jp

発行責任者 亀井 祐介

「心の声に耳を傾け、仕事も家庭もベストな自分でいられるスキルを身につけよう」

「Well-being」とは、

過度なストレスは心身の不調を引き起こしますが、適切なレベルのストレスはパフォーマンス向上を示します。自身の考え方や気の持ち様が健康的であり、周りとの関わりが良好である状態の事を言います。

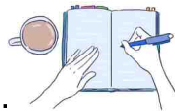
このセミナーで得たコツを紹介します。

WOMAN EXPO 2023 winter レポート②

11月25日(土)東京国際フォーラムで開催されたWOMANEXPO2023winterに組合員3名が参加しました。今回は組合員2名のレポートを掲載します！

ヒトの目が気になって辛い時の向き合い方

- 1 特に誰の目が気になるのか考える。
- 2 なぜ気になるのか考える。
- 3 コントロールできることとできないことを整理(区別)する。
- 4 起きたことにとらわれず、未来に目を向ける。



仕事と家庭で「well-being」でいるために明日からできるためのコツ

- 1 落ち込んだ時真っ向から向き合う。
- 2 一旦距離を置く。
- 3 気にしない。
- 4 逃げる。



第1問

クレンジング剤の使用方法について、最も適切な物をはどれ？

- 1 使用量は肌に負担がかからないように少なめにする
- 2 メイクとなじませるため肌の上に10分以上のせる
- 3 落ちにくい目元のメイクを落とすにはしっかりこする
- 4 手のひら全体を使ってメイクとなじませる

第2問

洗顔料についての記述として最も適切なものはどれ？

- 1 乾燥肌には、油分が多く配合されたものがよい
- 2 泡立ちがよい洗顔料ほど保湿力も高い
- 3 油分が多く配合されているものは、さっぱりと洗いあがるものが多い
- 4 泡を立てすぎると肌の摩擦になりやすい

第3問

次のうち、化粧品にないことを意味する表示はどれ？

- 1 無香性
- 2 無香料
- 3 香料フリー
- 4 アルコールフリー



自分の肌や目的にあった化粧品を使っていますか？

日本化粧品検定協会代表理事の小西さやかさんの「そのコスメ選び、間違っていないませんか？」のセミナーを聴いてきました。早速ですが、セミナー内で出題された問題です。

<裏面へ続く>

皆さんは、中学生や高校生の時にニキビに悩んでいませんか。講師の小西さんは学生時代にニキビに悩んでいたそうです。美容院に相談をしたら当時流行のオイルを勧められ、それで手入れを続けた。結果、今でもひたいにでこぼこのクレーターがたくさん残るようになってしまった。今思えば、思春期の皮脂が詰まったニキビにオイルを塗るのは悪化させる手入れだが、化粧品成分を知らずに言われたまま、また商品の特徴のまま信じて使った自分の肌に合わせて一生涯の傷になっってしまった。小西さんはご自身の体験から、そういうことを無くしていきたいと活動されている方です。

先ほどの問題は化粧品検定にある問題で、「化粧品を中身(成分)

組合員から質問

Q. 機関紙にあった「旗びらき」とは何？

A. 年末にたたんであった労働組合の旗を改めて年始にひらき飾って、新年の決意を表明をすることから「旗びらき」と言われており、関係各位と年初めの顔合わせの懇親会を兼ねて行われることが多い行事です。

なお2024年の旗びらきは、病院組合では各病院の感染対策状況などを考慮し、開催と参加を止めています。

機関紙「愛知県職」からの質問と思われませんが、「愛知県職」は知事部局の組合員向けのため、一部病院組合では実施していない事業などがあります。病院事業庁の給与やサービスは知事部局に準じているため、知事部局の制度などをお知らせするものとして、ご理解をお願いします。

から理解」「化粧品の正しい選択・活用」というように、化粧品の正しい知識の普及を目的としています。3級検定は無料で行えます。

【表面の答え】

○第1問の答えは「4」適量は商品に記載の量で、肌の上で抵抗なくスルスル滑るたつぷりの量を使いましょう。

○第2問の答えは「1」泡をたくさん立てるのを気にしますが、肌の負担を少なくするために泡を小さくするのがコツです。

○第3問の答えは「1」無香料と香料フリーは原料そのものの香りがします。全部わかりましたか？

役員紹介 ④



★監査委員
飛田豪敏

(精神医療センター・看護師)

組合員の声を聞き、人でも多くの意見が届くように組合員のために頑張ります。



★監査委員
宮尾眞太郎

(病院事業庁・事務)

組合員の皆様のために、微力ながら尽力してまいります。



★拡大執行委員(青年部長)
松木 美里

(小児センター・)

看護師)

組合員の声に耳を傾け、少しでも良い方向へ進むように努めます。初めてですが、頑張ります。



★拡大執行委員(女性部長)
石井 陽南子

(精神医療センター・看護師)

組合員のために頑張ります。



★拡大執行委員(現評議長)
原 邦彦

(がんセンター・調理師)

現業職存続の厳しい中、自分たちの職場を守る為、今回立候補させて頂きました。微力ながら職場代表として、精一杯務めます。よろしくお願いします。

**力を合わせて頑張ります！
よろしくお願ひします！**