



あくら通信



春に向けて 例年よりも寒暖差が激しい季節の変わり目を迎えています。脳梗塞と急性心筋梗塞のここ5年間の発症件数を抽出して季節性を考察したところ、毎年2月から3月にかけて発症が急増し、3月の発症数が多いことが確認されました。これは、寒暖差による血圧変動と、年度末のストレスや生活リズムの乱れに起因していると考えられます。今年の岡山市の桜の開花は3月30日と平年並み、4月4日から11日頃が見頃と予想され、3月28日より後楽園近くの旭川河川敷で恒例の岡山桜カーニバルも予定されているようです。規則正しい生活と適度な運動を心掛け、温かな新年度を健やかに迎えたいものです。

ご存知ですか？ エイジフレンドリー補助金

2022年の労働力人口(15歳以上の就業者と完全失業者の合計)は6,902万人でしたが、そのうち65~69歳の方が395万人、70歳以上の方は532万人であり、65歳以上の方の割合は全体の13.4%でした。10年前、2012年の労働力人口は6,565万人で、65歳以上の方の割合が9.3%であることを踏まえると、職場の中で高齢の方の割合が少しずつ上昇していることがわかります。70~74歳の男性41.8%・女性27.1%、75歳以上の男性の16.7%が就業されており、高齢者を含む労働者が安心して安全に働くことができる環境整備が求められています。今月は毎年人気が高く、早いタイミングで募集が終了される中小企業を対象にした厚生労働省のエイジフレンドリー補助金をご紹介します。

【高齢労働者の労働災害防止対策コース】

労働保険に加入している事業所で1年以上事業を実施しており、補助に関連する業務に60歳以上の方が常時1名以上雇用(役員・派遣を除く)されている事業者が対象です。補助率1/2、上限額は税別100万円。補助の対象は高齢労働者の身体機能の低下を補う設備装置の導入や、その他労働災害防止対策としての機器の購入や工事の施工に要する経費として、具体的には転倒墜落災害防止対策(作業場内のバリアフリー化、滑り止め対策、手すりの取付など)・腰痛予防対策(パワーアシストスーツの導入、移乗や入浴介助用リフトの導入、適切な作業姿勢を確保するための作業台の設置など)・熱中症防止対策(休憩施設の整備、体温を下げる機能がある服の導入、熱中症が早期把握できる小型健康管理端末を用いた健康管理システムの導入など)・交通災害防止対策(業務用車輛へのアクセル・ブレーキ踏み間違い防止装置の導入など)であり、様々な工夫や、該当する高齢労働者への人数分の対策用品が補助対象になります。

【転倒防止や腰痛予防のためのスポーツ・運動指導コース】

労働保険に加入している事業所で1年以上事業を実施しており、役員・派遣労働者を除き、年齢に関係なく労働者を常時1名以上雇用している事業者が対象です。補助率3/4、上限額は税別100万円。労働者の身体機能低下による転倒や腰痛の行動災害を防止するため、身体機能維持改善のため専門家(医師・理学療法士・健康運動指導士など)による運動プログラムに基づいた身体機能のチェックと、実際の運動指導等に要する費用が補助対象です。物品の購入や、転倒防止・腰痛対策以外の運動指導は補助対象外です。

【対象となる中小企業事業者の範囲】

小売業：小売業・飲食店など 常時雇用労働者数50人以下 又は 資本金5,000万円以下

サービス業：医療・福祉・宿泊・教育など 常時雇用労働者数100名以下 又は 資本金5,000万円以下

卸売業：常時雇用労働者100名以下 又は 資本金1億円以下

その他：製造業・建設業・運輸業・金融保険など 常時雇用労働者数300人以下 又は 資本金3億円以下

補助申請は毎年5月から10月末までが予定されていますが、昨年は予算の都合上10月1日で申請が打ち切りになりました。現在、補助事業を総括する事業者の公募が行われており、詳細Webは未公開ですが、興味がある方は令和7年度_エイジフレンドリー補助金にて検索ください。なお、申請月の翌月が審査期間で結果通知は翌々月の月上旬に、事業開始はそれ以降になることや、関連する支払書類の提出締切が令和8年1月末に設定される可能性が高いことから、早めの申請準備をお勧めします。上限がありますが、当院でも産業医や関連事業所の認定理学療法士によるアドバイスも検討しますので、ご相談ください。

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
9:00 ~ 13:00	●	●	●	●	● / ●
15:30 ~ 18:00	休	● / ●	休	●	● / ●



○内科一般外来と併せて、火曜に甲状腺専門外来を、水・木曜午前には胃カメラ検査を、木曜午後に糖尿病外来を、また 偶数週 金曜日午前には川崎医療センター専門医による呼吸器専門外来を設けています。

○初診Web予約：<https://www.yawaragi.life/>

○Instagramでも情報を発信しています