技能実習生向け　Мэргэжил дадлагажигчид зориулав

あなたの身体と心を守る！ Бие, сэтгэлийг тань хамгаална!

脳・心臓疾患による死亡(過労死等) 防止対策 チェックシート

モンゴル語版

Тархи, зүрх судасны өвчний улмаас үхэлд хүрэх (Хэт ядаргааны улмаас үхэх г.м)– ээс урьдчилан сэргийлэх асуулга

☐ **疲れがたまっている・強いストレスを感じる**
Гүн ядаргаанд орсон/Маш их стресстэй

いますぐ**チェックシート**で健康状態を確認！
Яг одоо асуулгыг бөглөн эрүүл мэндийнхээ байдлыг нягталж үзнэ үү.

☐ **ふだん特に問題はない**
Өдөр тутамд мэдрэгдэх асуудал үгүй

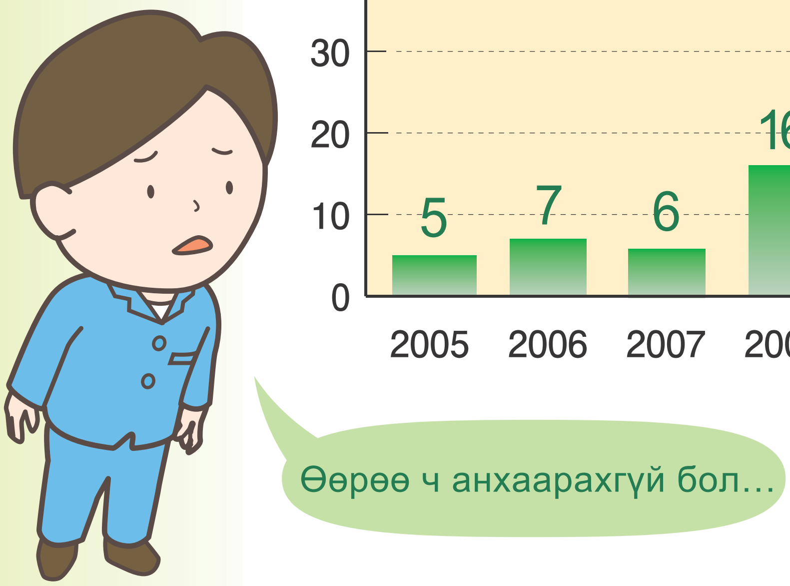
そういう方も月に一度、定期的に**チェック**をしましょう。
Сард нэг удаа тогтмол шалгаж үзнэ үү.

公益財団法人　国際人材協力機構
Japan International Trainee & Skilled Worker Cooperation Organization
JITCO

Бидэнд эрхэм таны бие, сэтгэл

Баруун талын графикийг харна уу. Энэ график нь сүүлийн 5 жилийн дотор тархи, зүрх судасны өвчний улмаас нас барсан хүмүүсийн статистик юм. Жил бүр хэд хэд эсвэл арван хэдэн Мэргэжил дадлагажигч харамсалтай нь нас нөгцдөг.

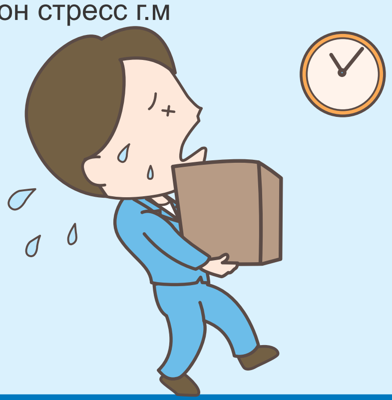
Тархи, зүрх судасны өвчний Баруун Хуудасын эрсдэлт хүчин зүйл хамааралтай байдаг. Өөрт Стресс,ядаргаа мэдрэгдэх шинж тэмдэг үгүй ч өөрийн мэдэлгүй хооронд нөөцлөгдэн эрсдэлийн тохиолдол гардаг.



Эрсдэлт гурван том хүчин зүйл

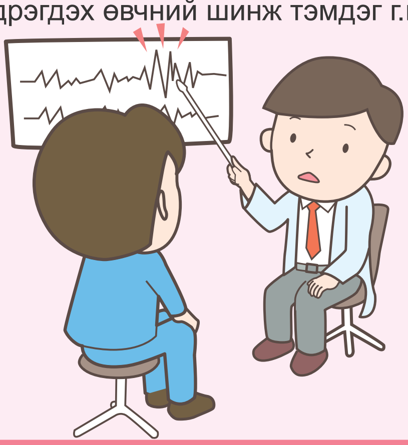
〈Хөдөлмөрийн орчны хүчин зүйл〉

1. Хөдөлмөрийн цагийн урт хуваариас үүдсэн ядаргаа
2. Шөнийн цагийн хөдөлмөрөөс үүдэх ядаргаа, сэтгэл зүйн дарамт болон стресс г.м



〈Эрүүл мэндийн хүчины зүйл〉

1. Эрүүл мэндийн үзлэгээр илэрсэн өөрчлөлт
2. Цээж рүү хатгаж өвдөх зэрэг өөрт мэдрэгдэх өвчний шинж тэмдэг г.м



〈Өдөр тутмын амьдралын хэв маягийн хүчин зүйл〉

1. Дутуу нойр
2. Хэт ихээр ууж идэх, хүнсний тэнцвэрийг тохируулаагүйгээс үүдэн биеийн жин огцом нэмэгдэх г.м

☑ Одоо таны бие болон сэтгэл санааны байдлыг шалгаж үзье

Let's CHECK!

身体と心のチェックシート
Бие, сэтгэлийн байдлыг шалгах асуулга

最近1ヶ月の状態について当てはまる項目をチェック☑して下さい。
Энэ нэг сарын байдлын тухайд тохирч байгааг тэмдэглэнэ үү.

1	イライラする Бухимддаг	□ ほとんどない(0) □ Бараг үгүй (0)	□ 時々ある (1) □ Заримдаа (1)	□ よくある (3) □ Нилээд (3)
2	不安だ Санаа зовдог	□ ほとんどない(0) □ Бараг үгүй (0)	□ 時々ある (1) □ Заримдаа (1)	□ よくある (3) □ Нилээд (3)
3	落ち着かない Тайван бус	□ ほとんどない(0) □ Бараг үгүй (0)	□ 時々ある (1) □ Заримдаа (1)	□ よくある (3) □ Нилээд (3)
4	ゆううつだ Сэтгэлээр унасан	□ ほとんどない(0) □ Бараг үгүй (0)	□ 時々ある (1) □ Заримдаа (1)	□ よくある (3) □ Нилээд (3)
5	よく眠れない Сайн унтаж чадахгүй	□ ほとんどない(0) □ Бараг үгүй (0)	□ 時々ある (1) □ Заримдаа (1)	□ よくある (3) □ Нилээд (3)
6	身体の調子が悪い Бие сайнгүй	□ ほとんどない(0) □ Бараг үгүй (0)	□ 時々ある (1) □ Заримдаа (1)	□ よくある (3) □ Нилээд (3)
7	物事に集中できない Аливаа зүйлд төвлөрч чадахгүй	□ ほとんどない(0) □ Бараг үгүй (0)	□ 時々ある (1) □ Заримдаа (1)	□ よくある (3) □ Нилээд (3)
8	することに間違いが多い Хийж байгаа зүйлд алдаа их	□ ほとんどない(0) □ Бараг үгүй (0)	□ 時々ある (1) □ Заримдаа (1)	□ よくある (3) □ Нилээд (3)
9	仕事中に強い眠気に襲われる Ажил дундуур нойр их хүрдэг	□ ほとんどない(0) □ Бараг үгүй (0)	□ 時々ある (1) □ Заримдаа (1)	□ よくある (3) □ Нилээд (3)
10	やる気が出ない Ажил хийх хүсэлгүй	□ ほとんどない(0) □ Бараг үгүй (0)	□ 時々ある (1) □ Заримдаа (1)	□ よくある (3) □ Нилээд (3)

11	へとへとだ（運動後を除く） Маш их ядардаг (Биеийн тамир, дасгал хийсэн үеийг тооцохгүй)	□ ほとんどない（0） □ Бараг үгүй (0)	□ 時々ある （1） □ Заримдаа (1)	□ よくある （3） □ Нилээд (3)
12	朝起きた時ぐったりした疲れを感じる Өглөө босоход бие хүнд, ядарсан байдаг	□ ほとんどない（0） □ Бараг үгүй (0)	□ 時々ある （1） □ Заримдаа (1)	□ よくある （3） □ Нилээд (3)
13	以前と比べて疲れやすい Урьдныхтай харьцуулахад дороо ядардаг болсон	□ ほとんどない（0） □ Бараг үгүй (0)	□ 時々ある （1） □ Заримдаа (1)	□ よくある （3） □ Нилээд (3)

各々の（　）の中の数字を加算して下さい。
Хариулт бүрийн хаалтан дахь тоог нэмнэ үү.

合計 Нийт ______ **点** оноо

診断結果
Асуулгын дүн

あなたの疲労度は…
Таны ядаргааны зэрэг:

0～4 点 оноо レベル 1 Нэгдүгээр түвшин	5～10 点 оноо レベル 2 Хоёрдугаар түвшин	11～20 点 оноо レベル 3 Гуравдугаар түвшин	21 点以上 ээс дээш оноо レベル 4 Дөрөвдүгээр түвшин
低い Бага	やや高い Өндөр	高い Бага зэрэг өндөр	非常に高い！ Маш өндөр

レベル3・4に当てはまる方は、**注意が必要**です。
次の **危険要因チェックシート** に進んで下さい。

Гурав, дөрөвдүгээр түвшинд хамрагдах хүмүүс **анхааралтай байх хэрэгтэй**. Дараах **эрсдлийн хүчин зүйлийн асуулгыг** бөглөнө үү.

※ レベル1・2の方も進んで下さい。
自覚症状がなくても危険要因が大きい場合があります。
Нэг, хоёрдугаар түвшний хүмүүс ч мөн дараах асуулгыг бөглөнө үү.
Өөрт мэдрэгдэх шинж тэмдэг үгүй ч эрсдэлт хүчин зүйл өндөр үзүүлэлттэй байх тохиолдол бий.

危険要因チェックシート

Эрсдэлт хүчин зүйлийн асуулга

チェック項目があった方は、次ページの「解決に向けて」を読んで下さい。

Эдгээрээс сонгон бол дараагийн хуудасны “Шийдвэрлэхийн тулд” хэсгийг уншина уу.

当てはまる項目をチェック☑して下さい。

Тохирч байгаа зүйлийг тэмдэглэнэ үү.

労働環境の危険要因
Хөдөлмөрийн орчны хүчин зүйл

1. ☐ 1ヶ月の残業が80時間を超えていますか？
2. ☐ 交替制勤務・深夜勤務・不規則勤務・拘束時間が長い勤務が負担となり疲労がたまっていますか？
3. ☐ 下記のような精神的な強い緊張やストレスを感じていますか？

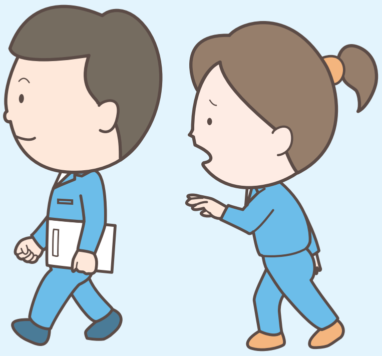
   - 周囲の理解や支援がない状況での困難な業務
     1.職場の上司や同僚に対して気軽に話が出来ない。
     2.職場の上司や同僚が助けてくれない、頼りにならない。
     3.職場の上司や同僚が個人的な問題を相談しても聞いてもらえない。
   - 仕事をミスなくこなすことにプレッシャーを感じる、仕事が合わない。

4. ☐ 厳しい寒冷・大きな寒暖差・大騒音・身の危険を感じるといった作業環境の負担が大きいですか？

---

1. ☐ Нэг сарын илүү цаг 80 цагаас дээш байдаг уу?
2. ☐ Ээлжийн систем, шөнийн ажил, цаггүй ажил, завсарлага багатай удаан ажиллах нь ачаалал өгч ядаргаанд орсон уу?
3. ☐ Доор дурдсан сэтгэлзүйн хүчтэй дарамт стресс мэдрэгдэж байна уу?

   - Эргэн тойрныхон ойлгохгүй, дэмжихгүй нөхцөл байдлын дунд төвөгтэй ажил
     1. Дарга, хамт ажиллагсадтай ярилцахад бэрх
     2. Дарга, хамт ажиллагсад тусалж дэмждэггүй, итгэл даадаггүй
     3. Дарга, хамт ажиллагсаддаа хувийн асуудлаа зөвлөлдөхийг хүссэн ч хүлээн авч сонсдоггүй.
   - Ажлаа зөв, алдаагүй хийх гэдэг зүйл дарамт үзүүлдэг, ажил тохирохгүй.



4. ☐ Хахир хүйтэн, халуун хүйтний эрс тэс ялгаа, үлэмж их дуу шуугиан, биед эрсдэлтэй санагддаг зэрэг ажлын орчны ачаалал их байдаг уу?

健康管理の危険要因
Эрүүл мэндийн хүчин зүйл

1. ☐ 健康診断で心電図により異常がありと診断されましたか？
2. ☐ 健康診断で脂質異常と診断されましたか？
   - ▶ 総コレステロール220mg/dl以上 ▶ LDLコレステロール140mg/dl以上 ▶ HDLコレステロール40mg/dl未満 ▶ 中性脂肪150mg/dl以上
3. ☐ 健康診断で下記の異常ありと診断されましたか？
   - ▶ 高血圧（上140mmHg以上ー下90mmHg以上）▶ 糖尿病 ▶ 肥満（BMI指数が25以上）▶ 尿酸値7.0mg/dl以上
4. ☐ 以下のような身体の症状がありましたか？
   - ▶ 急に息が苦しくなったり胸が痛くなる。▶ 手足が冷たく感じる、しびれる。▶ 頭痛と吐き気がする。▶ 動悸を感じる。

健康診断結果がわからなければ、実習実施機関や監理団体の方に照会しましょう。
Эрүүл мэндийн үзлэгийн хариугаа мэдэхгүй бол дадлага хэрэгжүүлэгч байгууллага болон удирдагч байгууллагадаа хандана уу.

1. ☐ Эрүүл мэндийн үзлэгээр зүрхний бичлэгт өөрчлөлттэй гарсан уу?
2. ☐ Эрүүл мэндийн үзлэгээр өөхлөгийн өөрчлөлттэй гарсан уу?
   - ▶ Нийт холестрол 220 милиграм/децилитрээс их
   - ▶ LDL буюу бага нягтралт липопротейн 140 мг/дл– ээс их
   - ▶ HDL буюу өндөр нягтралт липопротейн 40 мг/дл– ээс бага
   - ▶ Триглицрид 150 мг/дл– ээс их
3. ☐ Эрүүл мэндийн үзлэгээр дараах эмгэг илэрсэн эсэх
   - ▶ Даралт ихтэй (Дээд даралт 140мГг– ээс дээш, бага даралт 90мГг– ээс дээш)
   - ▶ Чихрийн шижин
   - ▶ Таргалалттай (БМИ (Биеийн массын индекс)– ийн үзүүлэлт 25– аас дээш)
   - ▶ Ш+ээсний хүчиллэг 7.0 мг/дл– ээс дээш
4. ☐ Дараах шинж тэмдэг илэрч байсан уу.
   - ▶ Гэнэт амьсгалахад хүнд болж, цээж өвдөх
   - ▶ Хөл гар хөрч, бадайрах
   - ▶ Толгой өвдөж, дотор муухайрах
   - ▶ Зүрх салгалах

日常生活の危険要因
Өдөр тутмын амьдралын хэв маягийн хүчин зүйл

1. ☐ 毎日の睡眠時間が5時間以下ですか？
2. ☐ 急に太ったりやせたりしましたか？
3. ☐ 次のような事による強いストレスがありますか？
   - ▶ 同僚との仲がうまくいかない ▶ 私生活が侵害される ▶ 休日にストレスを発散できない
   - ▶ 言葉がわからずイライラする ▶ 親身に話せる人がいない ▶ 母国の家族等のことが気になる
4. ☐ 以下のような生活習慣がありますか？
   - ▶ 大量に喫煙する ▶ 大量に飲酒する ▶ 運動をほとんどしない ▶ 食生活が不規則 ▶ 栄養が充分にとれていない

1. ☐ Өдөр болгон 5– аас бага цаг унтдаг уу?
2. ☐ Гэнэт таргалсан эсвэл турсан уу?
3. ☐ Дараах зүйлүүд таныг гүн стресст оруулдаг уу?
   - ▶ Хамт ажиллагсадтайгаа дотно биш
   - ▶ Хувийн амьдралд хохирол учруулдаг
   - ▶ Амралтын өдөр стрессээ тайлж чаддаггүй
   - ▶ Үгийг нь ойлгохгүйдээ бухимддаг
   - ▶ Ойр дотно ярилцах хүн байхгүй
   - ▶ Нутагтаа байгаа гэр бүлдээ санаа зовдог
4. ☐ Дараах хэв заншил танд бий юу?
   - ▶ Тамхи их хэмжээгээр татдаг
   - ▶ Архи их хэмжээгээр уудаг
   - ▶ Биеийн тамир тэдийлэн хийдэггүй
   - ▶ Хоол хүнсний хэвшсэн горимгүй
   - ▶ илчлэг тэжээл авдаггүй

解決に向けて

Шийдвэрлэхийн тулд

L 労働環境の危険要因

Хөдөлмөрийн орчны хүчин зүйл

- 解決するためには、自らの努力だけではなく監理団体や実習実施機関の協力が必要になる事が多いと思われます。
- 監理団体や実習実施機関に申し出を行うことは勇気が要ることですが、健康を害してしまってはもともこもありません。監理団体や実習実施機関の生活指導員や職場の上司の方等に率直に相談してみましょう。

①長時間労働（働きすぎ）については、自分の健康のことを考えて自ら自制することもとても大切です。

②長時間労働以外の危険要因については、配置転換等が可能であればそれが必要になる場合もあります。配置転換により技能実習計画に変更が必要となる場合は、監理団体や実習実施機関が入国管理局や国際研修協力機構（JITCO）に相談および報告する必要があります。

③どうしてもその実習実施機関の中では解決が難しいという場合は、監理団体の方に相談してみて下さい。実習実施機関を変えることは、例外的な措置であり、入国管理局による許可を受けることが必要となります。

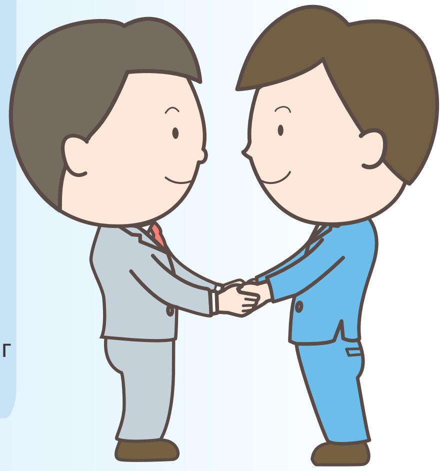
※なお、現在実施している技能実習の職種と作業の種類を変更することはできません

- Асуудлыг шийдвэрлэхэд, ганц таны хичээл зүтгэл төдийгүй удирдагч байгууллага болон дадлага хэрэгжүүлэгч байгууллагын хамтын ажиллагаа ихээхэн хэрэгтэй болов уу.
- Удирдагч байгууллага болон дадлага хэрэгжүүлэгч байгууллагад хүсэлт тавихад зориг зүрх шаардагдах хэдий ч, эрүүл мэндээ хохироочихвол бүх зүйл салхинд хийсэн одох тул удирдагч байгууллага болон дадлага хэрэгжүүлэгч байгууллагын ахуйн удирдагч, дарга зэрэг хүмүүстэй шударгаар хэлж зөвлөлдөж үзээрэй.

① Хөдөлмөрийн цагийн урт хуваарь (хэт их ажиллах)– ийн тухайд, эрүүл мэндээ бодон та өөрийнхөө зүгээс хязгаарлалт хийж байх нь ч их чухал.

② Хөдөлмөрийн цагийн урт хуваариас бусад эрсдэлт хүчин зүйлийн тухайд, ажлын байр хуваарилалт өөрчлөх зэрэг арга хэмжээ боломжтой бол тэдгээрийг хэрэгжүүлэх хэрэгтэй болох нь бий. Ажлын хуваарилалт өөрчлөх хэрэгтэй болсон тохиолдолд удирдагч байгууллага болон дадлага хэрэгжүүлэгч байгууллага нь Японы хилийн шалган нэвтрүүлэх алба болон Олон улсын дадлага, хамтын ажиллагааны байгууллагатай зөвлөлдөх буюу мэдэгдэх хэрэгтэй.

③ Уг дадлага хэрэгжүүлэгч байгууллага дотроо шийдвэрлэх боломжгүй...



*Мөн, одоо хэрэгжүүлж байгаа ур чадварын дадлагын төрөл болон ажлын төрлийг өөрчлөх боломжгүй.

健康管理の危険要因
Эрүүл мэндийн хүчин зүйл

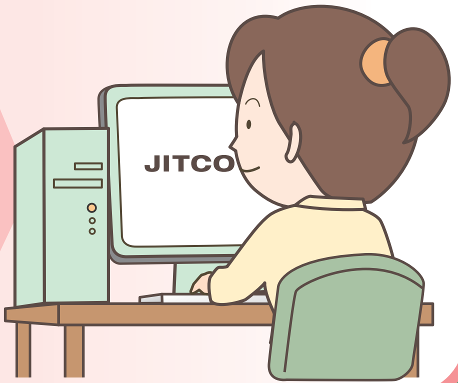
- 危険要因ありの人は、脳・心臓疾患による突然死のリスク度合が高まります。
- 健康診断結果表に書かれた医師の指示に従って下さい。
- 健康診断で異常を指摘された方は、技能実習への取り組みと日常生活で無理をしないようにして下さい。
- 再度医師の方と相談したい場合は、実習実施機関や監理団体の方と打ち合わせて、医療機関に受診するようにして下さい。

- Эрсдэлт хүчин зүйл бүхий хүн нь тархи, зүрх судасны өвчнөөр гэнэт нас барах эрсдэл өндөртэй.
- Эрүүл мэндийн үзлэгийн хариунд заагдсан эмчийн зааврыг дагана уу.
- Эрүүл мэндийн үзлэгээр өөрчлөлттэй гарсан хүн дадлага болон өдөр тутмын амьдралдаа хэт ачаалалтай байх хэрэггүй.
- Эмчтэй дахин зөвлөлдөх хүсэлтэй бол дадлага хэрэгжүүлэгч байгууллага болон удирдагч байгууллагатай ярилцсаны дараа эмнэлэгийн байгууллагад хандана уу.

「医療機関への自己申告表・補助問診票」利用のすすめ
“Эмнэлгийн албан газарт гаргах өөрийн мэдүүл хуснэгт・Танай бие махбодын байдалын тухай нөхвөрлэх асуулт” ыг ашиглах тухай

JITCOでは、技能実習生のみなさんが日本語と母国語併記の各症状の項目にチェックを付けることで自らの症状を医療機関に伝えることができる「医療機関への自己申告表・補助問診票」という資料を用意しています。技能実習生手帳やJITCO発行の法的保護情報講習テキストに掲載してあり、またJITCOホームページからもダウンロード可能です。

Мэргэжил Дадлагажигч та бүхнийг япон болон өөрийн эх хэлээр давхар бичигдсэн өвчний шинж тэмдгийн хуудсыг бөглөснөөр өвчнийхөө тухай эмнэлгийн байгууллагад дамжуулах боломжтой “Эмнэлгийн албан газарт гаргах өөрийн мэдүүл хуснэгт・Танай бие махбодын байдалын тухай нөхвөрлэх асуулт” гэдэг материалыг JITCO бэлдсэн байгаа. “Мэргэжил дадлагажигчийн дэвтэр” болон JITCO ээс эрхлэн гаргасан “Хууль эрхзүйн хамгаалалтын мэдээллийн сурах бичиг” т хавсаргасан агаад мөн JITCO ийн вэб хуудаснаас татаж авах боломжтой.



日常生活の危険要因
Өдөр тутмын амьдралын хэв маягийн хүчин зүйл

- 危険要因ありの人は、脳・心臓疾患のリスクが高まります。特に自覚症状がなくても注意が必要です。自分の生活習慣を改善するよう心がけて下さい。
- 日常生活上のストレスの対処としては、以下のような方法が考えられます。同僚との共同生活においては、部屋割の変更をしてもらうことやベッドにカーテンによる間仕切りをつけることでプライバシーを確保する。外出や運動の励行、自転車の利用やパソコンの購入により生活の幅を広げるなど。

- Эрсдэлт хүчин зүйл бүхий хүн тархи, зүрх судасны өвчний эрсдэл өндөрсно. Өөрт мэдэгдэх онцгой шинж тэмдэг үгүй ч анхааралтай байх хэрэгтэй. Амьдралын хэв маягаа өөрчилж сайжруулахыг хичээх хэрэгтэй.
- Өдөр тутмын амьдралын стрессыг багасгах тухайд дараах арга зам байж болох биз ээ. Хамт ажиллагсадтайгаа хамт амьдардаг бол өрөөгөө солих, орныхоо урдуур хөшиг татан тусгаарлах зэргээр хувийн орон зай бий болгох. Гадуур гарах, дасгал хийх, унадаг дугуй ашиглах, компьютер худалдаж авах зэргээр амьдралын хүрээлэлээ өргөжүүлэх г.м

! Онцгой байдлын үед хэрхэх тухай !

~Гэнэт хүн ухаан алдвал, огт мэдээгүй болсон хүнийг харвал та яах вэ?~

119 рүү утсаар ярьж түргэн тусламж дуудах хэрэгтэй

Японы түргэний машин үнэгүй байдаг. 119 рүү залгаж япон хэлээр дараах мэдээллийг дамжуулаарай.

1. Газар (Хаяг)
2. Нөхцөл байдал (Хэзээ, хаана, хэн, яасан)

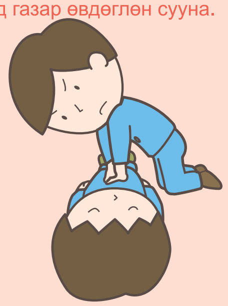
Өөрийн чадах хэмжээнд хэлбэл болно.Жнь: Хамт ажилладаг хүн ухаан алдаад амьсгалахгүй байна. Нүүр нь цонхийгоод босч чадахгүй байна. Ухаангүй байна.

Мөн дадлага хэрэгжүүлэгч байгууллагын ахуйн зөвлөгч, удирдагч байгууллагын зөвлөгч, орчуулагчид байдлыг дамжуулах хэрэгтэй.

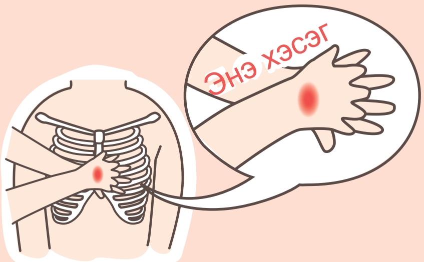
Цээжний массаж хийж өгөх хэрэгтэй

Дал мөрийг аяархан алгадаж чанга дуудсан ч ямар нэгэн хариу үйлдэл үзүүлэх, амьсгалахгүй эсвэл зогисох мэт алданги амьсгалж байгаа бол түргэн тусламж иртэл цээжний массаж хийж өгөх хэрэгтэй.

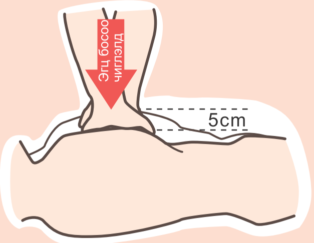
1 Өвчтөнг дээш харуулан хэвтүүлж, массаж хийх хүн өвчтөний цээжний хажууд газар өвдөглөн сууна.



2 Цээжний ясны доод хэсэг бол массаж хийх хэсэг.



3 Цээжийг багаар бодоход 5 см доошлох хэмжээнд хүчтэй дарна. Түүний дараа цээжний хана хуучин байранд нь буцаахын тулд даралтаа буцаана.



4 Даралт, даралтаа буцаах үйлдлийг 1 минутад 100– гаас дээш удаа байхаар маш хурдан давтан хийнэ.

5 Цээжний массажийг хэрхэвч тасалдуулж болохгүй. Массаж хийх хүн хэд хэд байгаа тохиолдолд 1–2минутаар ээлжилж хийгээрэй.

Point!

1 минут, 1 секундын ч болтугай өмнө массаж хийх нь зүрх эргэн сэргэхэд маш чухал ач нөлөөтэй байдаг.

(Лавлагаа) AED буюу Зүрхний хэмнэлийн автомат төхөөрөмжийг ашиглах

AED хэмээх энэ төхөөрөмжийг сүүлийн үед Японы тодорхой хэмжээний барилга, үйлдвэр, худалдааны газарт тавих болсон.
Үүнийг хэрэглэн цахилгаан шок өгөх нь зүрхийг буцаан сэргээхэд өндөр ач холбогдолтой.
Ашиглах тухай дуут зааварчилгааг япон хэлээр өгдөг. Ойлгохгүй, ажиллуулж чадахгүй бол япон хүний тусламжийг аваарай.

Лавлагаа

JITCO Эх хэлээр зөвлөгөө өгөх утас

Мэргэжил дадлагажигч нь JITCO ийн гадаад ажилтантай утсаар зөвлөлдөж болно.

	11 –19 цаг(Цайны цаг: 13 –14 цаг)					13 –20 цаг
долоо хоног бүр	Даваа	Мягмар	Лхагва	Пүрэв	Баасан	Бямба
Индонез хэл	—	●	—	●	—	●
Хятад хэл	—	●	—	●	—	●
Вьетнам хэл	—	●	—	●	—	●

Утас **0120-022332** (Төлбөргүй)
03-6430-1111 (Энгийн)

Факс **03-6430-1114**

Хөдөлмөрийн цагийн урт хуваарьтай ажиллагсад эмчтэй уулзах тухай

- Японы хуулиар 100 цагаас илүү бөгөөд ажилчны зүгээс хүсэлт гаргавал, дадлага хэрэгжүүлэгч байгуулага нь эмчтэй уулзуулж зөвөлгөө авах ёстой гэж заасан байдаг.
- Мөн 80 цагаас илүү гарсан бол (Ялангуяа энэ нь 2– оос дээш сар үргэлжилсэн) дадлага хэрэгжүүлэгч байгууллага нь ажилчин хүсэлт гаргавал эмчтэй уулзуулж зөвлөгөө авах хүчин чармайлт гаргах ёстой гэж хуульд заасан байдаг.

Эрүүл мэндийн үзлэгийн тухайд

- Ажилд авсан даруй хийх эрүүл мэндийн үзлэг, жилд нэг удаа тогтмол эрүүл мэндийн үзлэг (Хуульд заасан хорт нөхцлийн ажил хөдөлмөр бол 6 сард нэг удаа), тусгай үзлэг (Органик шингэлэгч бодис, уушгины тоосжилт, тодорхой химийн бодис зэрэг онцгой ажил хөдөлмөр эрхэлдэг бол)– т хамруулахыг үүрэг болгосон байдаг.
- Дадлага хэрэгжүүлэгч байгууллага нь эрүүл мэндийн үзлэгийн хариуг уг ажилчинд мэдэгдэхийн зэрэгцээ, аливаа өөрчлөлт илэрсэн тохиолдолд эрүүл мэндийг хамгаалахад шаардлагатай арга хэмжээний талаар эмчийн саналыг сонсож, түүнийг хэрэгжүүлэхийг зааварлах ёстойг хуулинд заасан байдаг.
- Эрүүл мэндийн үзлэгийн хариу бичигт хэвийн бол шинжилгээ авсан төрөл бүрт хэвийн үзүүлэлтийн дээд, доод хязгаарыг тэмдэглэсэн байх ба харин өөрчлөлттэй бол тусгай тэмдэглэгээ хийгдэж, үзлэгийн ерөнхий дүгнэлтийн хэсэгт "Явцыг ажиглах", "Нарийн шинжилгээ хийлгэх шаардлагатай", "Эмчлүүлэх шаардлагатай" зэрэг шинжилгээний дүнг тэмдэглэсэн байна.

JITCO

公益財団法人 国際人材協力機構

〒108-0023東京都港区芝浦２－１１－５五十嵐ビルディング
TEL:03-4306-1100（代表）
FAX:03-4306-1112
https://jitco.or.jp

2011年３月発行