



健康で働き続けるポイント



規則正しい生活
栄養バランスのよい食事や十分な睡眠に心がけましょう



健康診断を受け、結果を見る
年1回職場の健診を受けましょう。意味がわからないときは会社の人に聞きましょう



異常があれば、病院を受診する
日本語が話せないときは、協同組合や会社の人に通訳を頼みましょう

職場健診の結果を必ず確認して、結核を早く発見しましょう。結核はきちんと治療をすれば治ります。



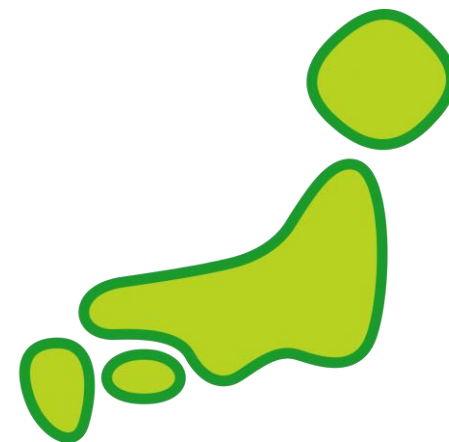
困ったときは、まず会社の人に相談してください

発行元

日本で働く外国人の方へ

結核

～健康で働き続けるために
知ってほしいこと～



結核は

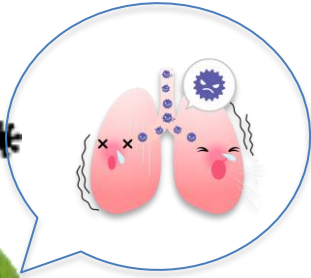
『結核菌』によっておこる
肺の病気です。



重症になると大変!

結核は早く見つけることが、
とても重要です。

早く結核を見つければ、働き続
けながら通院治療できます。



- ・周りの人にうつります
- ・入院治療が必要に
なります



こんな症状は要注意！！結核の症状かも！？



咳や痰が2週間以上続く



微熱



食欲がない



体がだるい

早く結核を見つけるために、症状があるときは、早めに受診をしましょう。年1回、会社の健康診断を必ず受けましょう。