



ONE HEALTH LIST

ワンヘルス・セルフチェックシート

【はじめに：健康の定義】

WHO（世界保健機関）憲章では、健康を次のように定義しています。

「健康とは、病気ではないとか、弱っていないということではなく、肉体的にも、精神的にも、そして社会的にも、すべてが満たされた状態（ウェルビーイング）にあることをいいます。」

Sus Vet JAPANは、この定義に基づき「ひと・動物・環境」が調和する社会を目指しています。あなたは、ご自身や周りの環境において、これらの健康を満たせていますか？

【チェックリスト】

該当する番号に、丸をつけてください。

1. 人の健康 (People)

1. WHOの定義に基づき、関わる人の肉体的・精神的・社会的な健康が満たされるよう配慮している
2. 感染症予防（手洗い・換気等）を意識している
3. 意欲を持って働き続けられるよう、心身の活力を維持できる環境を整えている
4. 動物や自然とのつながり（ボンド）を大切にし、動物愛護や自然の中で過ごすことを意識している
5. 慈善やボランティア活動をしている、又はできる範囲で支援している
6. 健康に役立つ情報を発信・共有している

2. 動物の福祉 (Animals)

1. 自身の立場において、動物福祉（アニマルウェルフェア）を配慮・実践している
2. 補助犬（盲導犬等）やペット同伴者へ配慮している
3. 動物福祉に配慮された備品・食材・資材などを選ぶようにしている
4. 地域の野生動物や地域猫との共生を考えている
5. 人獣共通感染症の知識を持ち、人と動物が安全に共生するための対策をしている
6. 動物愛護や保護活動に関心を持ち、実践や支援をしている

3. 環境の保全 (Environment)

1. 節電や節水、マイバッグの利用など、日々の「エコ活動」に努めている
2. ゴミの分別やプラスチック削減に取り組み、資源を大切にしている
3. 環境負荷の少ない洗剤やエコマーク製品、再生品などを使用している
4. 地産地消など、地域経済と地球環境に優しい選択をしている
5. 地球温暖化対策など、未来のための「エコな暮らし・経営」を継続している
6. 地域の自然保護活動に賛同・協力している

【私のワンヘルス宣言】

「ひと、動物、環境」のために、あなた個人や事業所として、これからできる目標や目指す姿を記入してください。

【評価スケール（現状の確認）】

丸の合計個数を確認してください。

- 15個～18個：【合格】ワンヘルス・リーダー 素晴らしい取り組みです！すでに高い意識で実践されています。ぜひその素敵な活動をこれからも大切に続けていってください。
- 10個～14個：【準合格】ワンヘルス・チャレンジャー 日頃から意識されていることが伝わります。あと数項目を意識してみることで、さらに調和のとれた「ワンヘルス」な形に近づきます。
- 0個～9個：ワンヘルス・ビギナー まずは、今日からできる小さな一歩を、ひとつ見つけることから始めてみませんか？