



# 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)

- 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
- 感染症予防（手洗い・換気等）を意識している
- 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
- 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
- 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
- 健康に役立つ情報を発信・共有している

#### 2. 動物の福祉 (Animals)

- 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
- 補助犬（盲導犬等）やペット同伴者へ配慮している
- 動物福祉に配慮された備品・食材・資材などを選ぶようになっている
- 地域の野生動物や地域猫との共生を考えている
- 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
- 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)

- 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
- 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
- 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
- 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
- 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
- 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步を、ひとつ見つけることから始めてみませんか？

