



# 安全・健康ニュース

第23号  
2011年/12月

府中市寿町3-2ふれあい会館2F/TEL042-366-2322

## 安全就業のコツ

安全委員 小林敏彦

2006年6月の「安全・健康ニュース」第1号から数えて、今回が23号目になります。

改めて読み返してみると、安全就業と健康管理についてあらゆる角度から多くのアドバイスが書かれており、非常に参考になり感心しています。

しかし、自分の年齢のせいにしてはいけなけれど、どれだけ一つ一つのアドバイスが頭に届いているか疑問に思うことがあります。大切なアドバイスをただ読み流し、安全ハンドブックがあるだけで安心して自分の心に驚く時があるのです。

私達会員は、税の申告の上では自営業者と同じ

ような位置付けですが、実際の仕事のやり方は、センターが契約当事者となり、会員が就業し、センターが代金を請求するシステムです。

ですから、就業に伴う事故やトラブルが起きてしまうと、会員個人ではなくセンターの信用を傷つけることになるわけで、一般の自営業者とは全く異質であることを自覚していなければなりません。

私は「一番事故が多い」と内外で言われている職群に就業して12年目になります。常に心掛けていることがあります。

それは、「からだを解放することです。

解放されたからだとは、

力を抜く・リラックスするというような意識もなく、からだの中に束縛や圧迫や抵抗もなく、全身の細胞のひとつひとつがあなたかも五感をそなえた小さな自分であつて、それらが目ざめ自由に呼吸し、感じ、考え、お互いが凝固せず自由なつながりと交流をもっている、いわゆる通じのいいといった感じの状態だと思っています。

自分の長く歩んだ人生を信じて、常に自然体で過剰に頑張ることなく、解放感を持って仕事に集中する一つのコツとして、毎日毎日丁寧に生活したいと思っております。

皆様にはどんなコツがありますか？

