



安全・健康ニュース

第37号
2015年/6月

府中市寿町3-2ふれあい会館2F/TEL042-366-2322

平成26年度を振り返って

安全委員長 澤村

一男

毎年、事故ゼロを目標に会員の皆様に様々な啓蒙活動を展開してまいりましたが、平成26年度のシルバー保険対象事故の集計では、「傷害事故」発生件数は7件(就業中5件、経路上2件)25年度は9件で2件減少しました。

一方、「賠償事故」発生件数でも3件、25年度は7件で、「4件」の大幅な減少、平成26年度の事故件数は、10件となりました。

今号の「安全・健康ニュース」の最終頁に、事故の概要が記載されています。残念なことに、ほとんどの事故が、少し注意すれば防ぐことが出来たのではないのでしょうか。

日頃、無事故で就業しているという自負からくる「スキ」があったのでは？ 会員一人ひとりが、自

主的に安全就業を実践して事故を減らさなくてはならないのです。

もう一度、安全心得10カ条、安全就業基準、作業別安全就業基準、職群別の内規をよく熟読してください。お願いします。

更に、特に注意して頂きたいことは、加齢に伴う視力、聴力、筋力等の身体機能の低下、反射能力の衰え、歩行速度の低下です。

このことで、とっさの危険を避ける行動が遅くなってしまうのです。個人差はありますが、残念ながら認めましょう。各機能の衰えをしっかりと認識し、自覚してください。

筋力の低下、特に足、腰の低下は見逃すことではできません。

私は毎日簡単な方法で筋力をアップさせているの

ですが、これは誰でもできる方法ですので、ご紹介いたします。

毎日の、朝・夜の「歯磨き」時間を利用して片足立ちで歯磨きをして筋力アップを図っています。試してください。足、腰のバランスが、メキメキ、アップしますよ。継続は「筋」なり……

いつまでも若くありたい気持ちには本当に必要なことです。でも、若い時と同じように出来るはず……は錯覚なのですよ。

これから夏に向かい暑さが厳しくなります。

熱中症や、蜂、茶毒蛾等の虫刺されにくれぐれも注意してください。就業中は仲間に声をかけるなど、お互いに気を遣いあい、くれぐれも安全就業に徹するよう心掛けてください。



健康は「宝」です。

会長 棟方鷹揚

私は、出生時から虚弱体質のため、小学校に入学するまでは、病気の連続による対人恐怖症で、集団生活に馴染めない子供でした。そんな私を克服させるために亡き両親は、小学1年頃からピアノ教室へ入室させました。同時に、父、中学の恩師の影響を受けて、私の生きがいとなっています。「絵」と「書」に出会い、学ぶ機会を得たことにより、ピアノへの関心が次第に薄れ、中学3年で退室しました。この環境の変化により、病気との係わりが大学時代まで無くなりました。

大学卒業時、私は、身長170センチに対して、体重が50キロと痩せて貧相な体格でした。高校時代までは、スポーツとは全く無縁でしたが、大学1年の時、代講で「ゴルフ」と「ラグビー」を知り、体感しました。「ゴルフ」は、60歳の定年までお付き合い程度ですが、続けることが出来ました。

大学を卒業し1年半が経過した秋、職場の健康診断で「肺結核」が発見されました。24歳でした。

就職し、飲めなかつた酒を覚え、深夜に及ぶ残業、接待、休日勤務、社会人として初めて経験することばかりに、睡眠時間が少なく

なり、心身の疲労困憊が原因だったと思います。私の若気の到りで、家族には、いやな思いをさせてしまいました。

1年間の闘病生活は、家族、職場の仲間、友人、患者同士の支えと出逢いにより、私の生活信条としていきます「健康・努力・忍耐・質実・剛健」を確認でき、私の人生の重大な転機となりました。規則正しい食事と十分なる休養と投薬による治療で、完治し、体重は8キロ増えました。

30歳で結婚し、妻と子供と共に、3、40歳代は、心身共に安定した生活を過ごすことが出来ました。50歳代になり、血圧、コレステ



ロール値が高めとなり、60歳代では、緑内障の疑い、大腸にポリープが発見され、終生、仲良く「共生」しあうことになりました。現在は、体重63キロで平均的な体重となりました。天は二物を与えずと言いますが、私の人生には、スポーツ・将棋・碁・麻雀等の世界への道程を与えてくれなかつたようです。頓挫したピアノの音色に包まれ、絵・書を楽しみながら描き、健康に配慮した妻の家庭料理を食し、程よく、良き友と「居酒屋」へ酒と肴と癒しの会話を求めていくことが、私の道程で、生きがいの「源」となっています。



一方では、「肺結核」を克服し、私の体の中に「病魔への免疫」が注入されたと、医学的な根拠は別として、また、過信も禁物ですが確信しています。健康は「宝」です。定期的に健康診断を受けて、大切に守り続けていきたい財産だと思っています。

第19回安全推進大会開催！

日にち 7月17日(金)

時間 午後2時から

会場 ふれあい会館5階

今回のテーマ

「自転車の安全運転について」

今回は、自転車の安全運転について学びます。

- ・ 東京都自転車安全利用条例
- ・ 自転車事故に関する統計
- ・ 自転車の加害事故事例

・ 「ハイインリツヒの法則」

免許不要で気軽に乗れる自転車だからこそ、知っておきたい知識をお伝えします。

申込は7月10日までに事務局へお電話ください。

平成26年度事故発生状況

傷害事故

事故発生日時	傷害の内容	事故の概要	作業内容	再発の防止策
6月23日 9時頃 就業中	裂傷	植木脚立の回収中、トラック後部アオリを開閉する際に塀とアオリに左手人差し指と中指を挟んだ。	植木脚立運搬	自動車の運転には常に危険が伴います、周囲の状況を常に確認するようにしましょう。
6月29日 11時頃 就業中	落下	柿木の剪定中、足を滑らせ約3メートル下の畑に落下した。	植木剪定	柿木は折れやすい事を覚えておきましょう。また、高所作業は安全带とヘルメットが必須となりますので、再度装備を見直すことが必要です。
7月14日 14時頃 就業中	転倒	自転車乗車中、交差点の信号待ち停車中にバランスを崩し、自転車とともに転倒した。	駐輪場管理	自転車乗車の際はヘルメットを被り、必ず地面に足が届くサドルの高さに調整しましょう。
9月1日 17時頃 就業経路上	転倒	メールボックス配布業務中、雨天により足を滑らせ転倒し、頭部を地面に打ち付けた	配布業務	雨天時は路面が滑りやすくなっている場合がありますので、滑りにくい靴や歩き方に注意しましょう。
2月6日 7時頃 就業経路上	転倒	就業場所へ自転車で移動中、凍結した路面により後輪が滑って転倒し、右足首を骨折した。	学童擁護業務	冬季は路面が凍結している場合がありますので、自転車に乗る際はいつも以上に慎重に運転してください。
3月9日 7時頃 就業中	噛傷	京王線中河原駅臨時自転車駐車場前の歩道で後方から来た散歩中の犬に突然右ふくらはぎを噛まれた。	自転車誘導整理	避けようのない事故ですが、周囲を観察し、いち早く異常を察知できれば、こうした事故を避けられる可能性が高まります。
3月25日 8時頃 就業中	転倒	駐車場内を清掃中、車止めに躓き転倒し、右腕骨折・顔面打撲した。	屋外清掃	高齢者の事故に多いのは、つまづいての転倒です。障害物をよく確認した上で、清掃してください。

賠償事故

事故発生日時	賠償の内容	事故の概要	作業内容	再発の防止策
6月15日 17時頃 就業中	バイク修理	植木剪定作業の際に発注者のバイクを移動した際に倒してしまい、ステップ等を破損した。	植木剪定	バイクや車の移動は会員自ら行わず、発注者に依頼しましょう。
6月18日 15時頃 就業中	看板破損	植木脚立の回収中、トラック後部の脚立で整骨院の看板に接触し、破損した。	自動車運転	自動車運転の際は看板等に十分注意してください。
2月12日 10時頃 就業中	配線切断	植木剪定作業の際に茂みに隠れていた風呂給湯器の配線を切断した。	植木剪定	隠れている配線等の有無をよく確認してください。

