



安全・健康ニュース

第39号
2015年/12月

府中市寿町3-2ふれあい会館2F/TEL.042-366-2322

「丈夫で、長持ち」

本年6月21日からセンター会長に任命されました渋谷と申します。

今回、安全・健康ニュースへの寄稿にあたり、私自身が実践している健康法をご紹介します。

本年9月に国は、日本の高齢人口の推計を発表しました。

65歳以上人口は、前年比89万人増の約三千万人、80歳以上は初めて一千万人を超えました。

また、100歳以上となる方は6万人を超え、女性が87%を占めています。府中市でも100歳以上の方は、80人を超えています。

健康や養生に関する情報は、専門誌やテレビな

センター会長 渋谷彰

どで多く紹介されていますが、専門家の意見が全く違うことがあります。

それらの話を聞くと、どちらも一理ある提言なので、さつそくスーパーで栄養食品が品切れになったり、健康器具を購入したりとすぐに試してみても3日、4日と続かないことを経験しています。

要するに、あまり極端にしてはいけないということだと思えます。

私は長い間続けていることがあります。

それは、朝、寝起きのコップ1杯の水を飲むことと、25年来毎日続けている夕食後の1時間の散歩です。

巷では、朝食はきちんと摂れとか、軽い運動をするのが良いとか言われていますが、要は自分に合った継続してできる健康・体調管理が必要なことだと思います。

そうは言っても、100歳まで生きることとは、そう簡単なことではなさそうです。

当センターでは現在、90歳で公園清掃に就業している会員さんが居りますが、お会いするたびに生き生きとされており、とても年齢を感じさせません。

一人でも多くの会員さんが、元気に就業できませう、陰ながら応援しております。



新任のご挨拶。

安全委員 風間 英昭

この度 安全委員の委嘱を受けました風間と申します。

センター植木班に所属して8年、スズメバチとの遭遇・脚立のぐらつき・伐採した樹木の落下・雨天時における自

転車スリップなど「ヒヤリ」「ハット」の体験は思い出し

ても背筋がぞつとします。これらのほとんどが加齢による体力低下と注意力散漫に

起因するもので、自己認識を超えた「こんな筈ではなかったのに」という思いに愕然と

させられます。

自己過信することなく、体力・注意力の低下をしっかりと

認識することが重大事故を未然に防ぐのではないでしょう

か。

か。

安全で幸せなシルバークを楽しめるよう、安全委員

として任期の2年間、会員の安全意識を喚起し、事故撲滅

に取り組んで行きたいと存じます。

安全就業について。

安全委員 河原 峯夫

この度安全委員を委嘱されました河原と申します。

センター植木班に所属して6年になります。

この間は大きな事故もなく就業出来たことは単に「運が

良かった」のではなく、就業内規を遵守し、安全の基本を

大切にしてきた事ではと自負しております。

には「過失の事故」と「故意の事故」に分けられると考えております。

センターには、それぞれの職種により、就業内規があり、内規には必要な事故防止の規定が定められており、これに従って活動するのが基本あります。

これを無視し、活動して事に遭った場合は「故意の事故」と言えます。

この「故意の事故」はゼロにする事が出来ます。

多くの事故については、これでないかと思えます。

就業会員全員にこの内規を遵守し、安全就業を推進していただくのが、私達安全委員の努めと考え、活動していきたいと思っております。



安全委員活動を振り返って

西田 保男

委員活動の一環として、安

全。パトロールや安全に関するイベント等に参加して感じたことは、会員の方々の真摯に就業する姿こそが地域社会に好感をもって受け入れられていることを実感致しました。

しかし、残念ながら安全就業・健康管理に中々目を向けていただけない会員も少なからず居る事も現実です。

安全就業、健康維持管理は自己責任です。

会員の安全・健康はセンター事業運営の最重点課題であり、安全委員の果たす役割は大変重要であります。

私はこれからも一会員とし

て、諸々の活動を支え参加していくつもりですので、会員の皆様、是非協力し活動していきましよう。

退任のご挨拶

藤木 勝幸

安全委員を2期4年務めさせて戴き誠にありがとうございました。

特に毎月の安全パトロールでは、植木班、除草班、自転車保管所、市立文化センター、市立体育館、ワークブランチ等を巡回。パトロールし、各所の安全確認、問題点等をチェックし、少しでも事故の無い様話し合って来ました。

自分も植木班に籍を置く以上、特に植木剪定現場での安

全指導に力を入れました。

内容は、ヘルメット、安全帯服装、脚立、2段ハシゴの使用方法、固定方法、剪定道具の確認等です。

やはり、ヒヤリ・ハットした事を体験談として皆が出し合い、共有する事も大事だと思います。

自転車の運転マナーを守りシルバーで仕事の出来る楽しさを満喫し、常に安全に留意し、皆様と一緒に事故の無い様そして仕事が出来る事に感謝し、毎日を楽しく過ごして参りました。

ありがとうございました。



安全委員活動を振り返って

荒木 正光

安全委員としての任期中、
本年6月にて無事満了させて
いただきました。

私は、手取り除草班のリー
ダーも務めておりますが、毎
年1、2件発生する草刈機械
による飛び石事故が悩みの種
でもありました。

残念なことに、今年度も1
件の飛び石による事故が発生
してしまいました。

今回は個人宅のガラス破損
という事故でしたが、一歩間
違えば通行している人間に飛
び石が当たって怪我をさせて
しまう危険性もあり、考えた

だけで背筋が凍る思いがいた
します。

飛び石を防ぐには、とにかく
飛散防止措置を講ずること
と、すなわち作業現場の養生
を徹底することにあります。

草刈機械を使用する際は、
「一に養生、二に養生、
三・四も養生、五に作業」
を合言葉に、仕事に取り組ん
でいただきたいと心から願っ
ております。

私はこれからも一会員とし
て、就業を通じてセンターの
事故を減らすべく努力してま
いりたいと思います。

会員の皆様ひとりひとりの
熱意をもって、事故ゼロを目
指して協力し活動していきま
しょう！

第20回

安全・推進大会のお知らせ

日にち 1月22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

「府中一番健康体操」

府中市立介護予防推進セン
ターの講師をお招きして、
府中で一番有名な健康体操
を通じて健康を考えてみま
しょう。

申込は1月15日(金)まで
に、センター事務局までお
電話ください。

たくさんの方のご参加を
お待ちしております。

