

# 安全・適正就業だより



☆☆☆☆ いつまでも 働く喜び 無事故から ☆☆☆☆

## 事故のないシルバー人材センターを目指して...

事故を起こさないためには、事故防止対策についての十分な知識と、それを実行しようとする強い気持ちが必要です。今回は「実行する気持ち」について考えてみましょう。全シ協発行の、「安全就業ニュース」3月号に次のような記事が載っていましたのでご紹介いたします。一読ご一考を、お願い致します。

### ○生きがいづくりで いつまでも 心豊かに



幸せに長生きする秘訣は、たとえ体が衰えても、いまを楽しみ穏やかな気持ちで過ごしていくこと。こころの持ちようを変えて健康長寿を育みましょう。世界保健機関憲章（WHO）では、「健康とは、病気でないとか、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、すべて満たされた状態にあることをいいます（日本WHO協会：訳）」とされています。

#### （1）豊かなこころ、ウェル・ビーイングを目指すために大切にしたい4つのこと

※ ウェル・ビーイングとは、身体的・精神的・社会的に良好な状態にあることで、「幸福」と翻訳されることも多い。

- 好奇心  
新しいことに臆せずチャレンジします。その姿勢が、喜びに敏感でしなやかな頭脳を育ててくれます。
- 目標  
何か目標を持ってコツコツ取り組みましょう。自分ならできる！と信じる力が大切。健康習慣も続けられます。
- 笑顔  
笑顔は笑顔を招きます。人間関係もまあるくなり、助け合いの関係が自然につくられていきます。
- 感性  
読書、映画鑑賞、芸術鑑賞、書道など興味を持っている事も大切。感性を磨けば頭も元気になり、毎日がイキイキします。

## (2) 身の丈であるがままで幸せに・・・、歳を重ねるほど老年的超越のステージへ

- 全ての人にありがとう
- 過去の人生を肯定できる
- ありのままの自分を愛おしく思う
- 一人でも孤独感がない

※社会保険出版社 「健康長寿カレンダー」より

全シ協

### こんな重篤事故がありました

全国シルバー人材センター事業協会安全ニュース3月号より

1 清掃作業中、2階廊下で倒れているところを発見された。転倒の際、頭部を打撲した模様。診断では何の問題もなかったが、その日の夜に急性硬膜下血種脳挫傷により死亡した。(男性86歳)

※転倒、特に頭部を打撲した場合は必ず医療機関の診断を受けましょう。

2 就業途上、車窓が曇っていたため、車を道路端に停車して車窓を拭いていたところに後方からきた車が追突してきた。首の頸椎損傷のため入院。(男性78歳)

※車道で停車する場合は、後続車の有無に十分注意しましょう。

秩父市シルバー人材センター 安全・適正就業委員会  
秩父市野坂町1-13-14 電話 22-4454

