

# 安全・適正委員会からのお知らせ No.80

令和6年2月に実施しました会員状況調査で、「自転車の利用について」おたずねしました。

- ① 就業で自転車を利用していますか
- ② ヘルメットは着用していますか
- ③ 自転車賠償責任保険に加入していますか

令和6年6月17日現在の速報値（回答数：3,427人）は、

- ① 就業で自転車を利用している … 1,260人（36.8%）
- ② ヘルメットを着用している … 982人（28.7%）
- ③ 自転車賠償責任保険に加入している … 1,710人（49.9%）

みなさんは、この数字（割合）をどう見るでしょうか。多いですか？少ないですか？

## 自転車に乗るときは、ヘルメットをかぶりましょう

手軽で便利な自転車ですが、使い方を誤ると思わぬ大きなケガにつながる危険性や、事故で相手に迷惑をかけたうえに高額な損害賠償を命じられるケースもあります。ルールを守って安全に利用しましょう。

### 1 自転車を利用するときは、ヘルメットをかぶりましょう

名古屋市シルバー人材センターは、令和5年に「愛知県ヘルメット着用促進宣言」に登録し、「**会員・職員のヘルメット着用100%を目指します**」と宣言しています。

警察庁の令和元年～令和5年までの5年間の合計統計では、自転車乗用中の死者の致命傷の部位は、頭部損傷によるものが約54%を占めています。また、ヘルメット未着用時の致死率は、ヘルメット着用時より約2倍高くなっています。頭部損傷が重大な事故につながりやすいことがわかります。



実際に、会員が就業先から自転車で帰る際に転倒し頭を打ちましたが、ヘルメットをかぶっていたため軽症で済んだという事例があります。

名古屋市民を対象とする、ヘルメット購入費用の一部補助制度もあります。申請書付きテキストについては、区役所地域力推進課窓口での受け取りや名古屋市公式ホームページでダウンロードできます。また、名古屋市公式ホームページでは電子申請もできます。購入を考えている方は事前にご確認ください。（「名古屋市 自転車ヘルメット」で検索）



名古屋市公式ホームページ

### 2 事故に備え、必ず保険に加入しましょう

名古屋市では、**自転車を利用する人は自転車損害賠償保険等に加入することが、条例により義務化**されました。（平成29年10月）

万が一事故を起こしてしまい、賠償額が高額となっても、保険に入っていれば負担が軽減されます。自動車保険（任意）、火災保険などに加入している方は、自転車事故も補償範囲に含まれている場合がありますので、内容を確認してください。また、自転車店で購入・点検整備を行う際に加入できる保険もあります。



# 夏季の屋外での就業について

可能な限り熱中症にかかる危険性を避け、無理のない就業をしていただきますようお願いします。

- 体調が悪いときは無理をせず、就業を中止してください。（必ず発注者様と支部へ連絡してください）
- 猛暑日予報（最高気温が35℃を超える日）、または熱中症警戒アラート以上が発表された場合は、発注者様と相談して就業日を別の日に振り替えるよう調整してください。
- 公共のお仕事などで、作業日を別の日に振り替えることができず、やむを得ず作業する場合は、30分以上の連続作業を避け、こまめに休憩をとり水分を補給してください。

## 熱中症とは

高温多湿な環境に長くいることで、徐々に体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態を指します。場合によっては死亡することもあります。

### <症状>

めまい、立ちくらみ、手足のしびれ、

筋肉のこむら返り、気分が悪い、頭痛、吐き気、嘔吐、倦怠感、虚脱感、いつもと様子が違う など

## 自分の健康状態を把握し、対策しましょう

### 定期的に健康診断を受けましょう



就業中に体調を崩し、そのまま長期入院になった事例があります。事故だけでなく、日頃からの健康管理にも留意が必要です。「特定健康診査」や「後期高齢者医療健康診査」の制度を活用し、健康管理に努めましょう。最新情報は『名古屋市健診(検診)総合サイト』に掲載されています。

なお、シルバー派遣事業でお仕事をする方や、訪問介護・家事援助のお仕事をしている方には、結果の報告について支部からご協力をお願いしています。



### 最新の緊急連絡先がわかるようにしましょう

万が一就業先で事故に遭った場合に備えて、ご自分・ご家族など（緊急連絡先としてお知らせいただいた方）に変更がある場合は、所属支部までお知らせください。また、「緊急連絡カード」に連絡先やかかりつけ病院等を記入し、会員証と一緒に必ず携帯してください。「緊急連絡カード」は支部で配布しています。

**思い込み 一番怖い その気持ち**

（名古屋市シルバー人材センター安全標語）