

# 安全就業

# マニュアル



那須烏山市シルバー人材センター

この「安全就業マニュアル」は那須烏山市シルバー人材センター安全就業基準第4条に基づき作成したものです

## 目 次

### 全作業共通安全就業ガイド

|                        |    |
|------------------------|----|
| I 会員と安全就業              | 1  |
| II 安全就業の心得 10 か条       | 2  |
| III 安全 5 つの格言          | 4  |
| IV 仕事に行く前に             | 6  |
| V 事故はこんな時に起きる          | 7  |
| VI 仕事にかかる前にしなければならないこと | 10 |
| VII 事故を起こす心の態様         | 11 |
| VIII 作業一般              | 12 |

### 作業別安全就業ガイド

|           |    |
|-----------|----|
| I 植木剪定    | 13 |
| II 草刈り機除草 | 18 |
| III 手作業除草 | 21 |
| IV 運搬・積込  | 22 |
| V 清掃      | 23 |

### 熱中症・有害生物対策ガイド

|         |    |
|---------|----|
| I 熱中症   | 24 |
| II 蜂    | 26 |
| III マムシ | 27 |
| IV マダニ  | 28 |

### I 会員と安全就業

シルバー人材センターは、定年退職者などの高齢者を会員としてそのライフスタイルに合わせた、臨時的かつ短期的又はその他の軽易な就業を提供するとともに、ボランティア活動をはじめとするさまざまな社会参加の場を提供しています。そして、そのことを通じて、高齢者の健康で生きがいのある生活の実現と、地域社会の福祉の向上と、活性化に貢献していくことを目指しています。

会員は、就業においては、安全は自分の問題ととらえ、自らの責任において安全第一を心掛け、安全に、確実に、仕事が処理できるか、自分の能力、体力等を考えて取り組み、「安全＝自己管理」という強い意識をもって、仕事を処理しなければなりません。

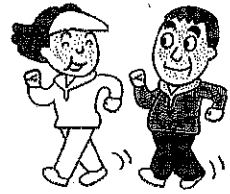
**安全就業は、自己管理であり  
事故を起こさないという強い  
意志が大切です。**

## Ⅱ

# 安全就業の心得10か条 〈みんなで守って安全就業〉

### 1 健康管理

- 健康管理に留意し、常に健康な状態で就業しましょう。
- 作業に必要な体力（筋力、瞬発力、平衡感覚、持久力等）の維持向上に努めましょう。



### 2 十分な睡眠

- 仕事の前日は、十分に睡眠をとりましょう。



### 3 仕事に最適の服装、装備（準備万端に!）

- 服装、履物、保護具は身体を守るために、仕事に適したものを正しく着用しましょう。



### 4 作業前準備体操

- 仕事を始める前には、準備体操をしましょう。  
身体をゆっくり大きく動かし、反動をつけなくて痛くない程度にしましょう。



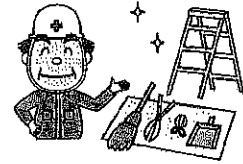
### 5 機具、保護具等の点検

- 使用する前に、亀裂、欠落、曲り、がたつきなど、異常がないか必ず点検し、異常を見つけた場合は完全な修理をしてから使用しましょう。
- 耐用年数を過ぎているものは、使用しない。



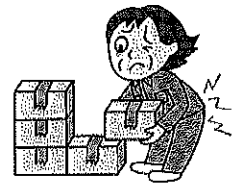
## 6 整理・整頓

- 職場は、常に整理・整頓を心掛け、道具類は目につきやすい、転げない、滑らない安定した場所に整然と置きましょう。



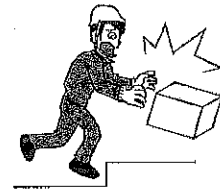
## 7 無理をしない

- 加齢による自分の身体機能の低下を十分認識して、過信して無理をしないようにしましょう。



## 8 安全第一を心掛ける

- 急がない。●慌てない。●省略しない。●面倒くさがらない。
- 思い込まない。で、安全第一を心掛けましょう。
- お互いの安全確認をし合いましょう。



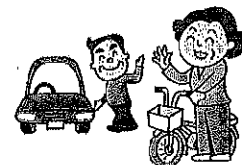
## 9 合図・連絡を正確に

- 共同で仕事をするときには、合図・連絡を正確に行いましょう。
- 緊急時等に速やかに伝えられるよう、予め連絡方法を確認しておきましょう。



## 10 交通事故に遭わない

- 仕事の行き帰りに、交通事故に遭わないように交通ルールとマナーを順守し、安全確認は確実にしましょう。
- 仕事に行くときは、ゆとりをもって早めに出発しましょう。



## Ⅲ 安全5つの格言

### ① 仕事は、安全に、能率良く

**3つのム** (ムリ・ムダ・ムラ) を無くしましょう。

#### ① ムリ

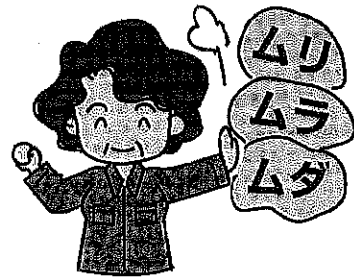
- ア 能力以上の仕事をして、疲れるムリ
- イ 作業計画のムリ
- ウ 不自然な作業姿勢のムリ
- エ 機具を酷使する、異常が生じてそのまま使用するムリ

#### ② ムダ

- ア 整理・整頓が悪く、探すムダ
- イ 作業に必要なものを忘れて、取りに帰るムダ
- ウ 発注者の意向を聞かず苦情を受けて、やり直すムダ
- エ 協調性のないムダ

#### ③ ムラ

- ア やる気のムラ
- イ 取組み姿勢のムラ



### ② タラ・レバ・ハズの追放

- ① 作業前にきちんと器具を点検して、い**タラ** 事故は起きなかった**ハズ**だ。
- ② 安全ベルトを取り付けて、い**レバ** 墜落しなかった**ハズ**だ。

### ③ あ.い.う.え.お の励行

- あ あわてない
- い イラつかない
- う 自惚れない
- え 偉ぶらない
- お 怒らない

## ④ ほうれんそう

シルバーの就業の基本は、共働、共助です。職場の円滑なコミュニケーションを図りましょう。

**ほう** 報告は、タイミング良く、簡潔にする。

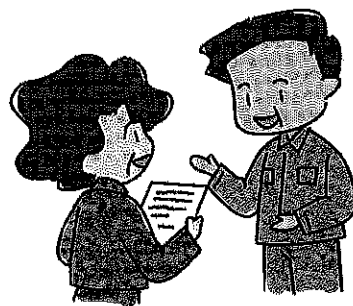
- 仕事が終わったとき
- 仕事の進め方に変更が必要なとき
- 事故が心配されるとき
- ミスをしたとき

**れん** 連絡は、いつ、誰に、何を、どう連絡（合図）するか、あらかじめ決めておく。

- 仕事を始めるとき、休むとき、終わったとき
- 事務所が休業日などの緊急時の連絡網の確認

**そう** 相談、必要な意見を求める。

- 判断できないとき、意見を聞いて欲しいとき
- 安全策を講じるときなどの相談



## ⑤ ヒヤリ・ハットを活かそう

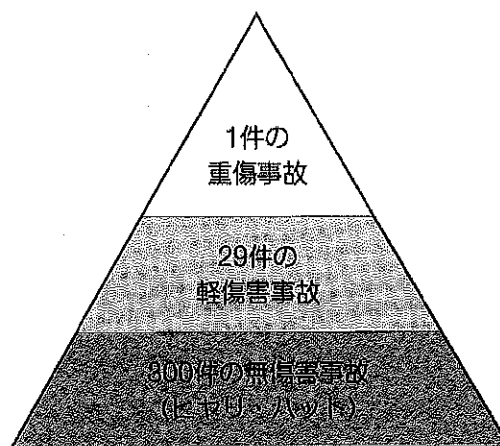
傷害事故に至らなかったが、重大な傷害事故に直結してもおかしくない体験、過ちなどの体験を活かし、注意を喚起する。

### ハインリッヒ（1：29：300）の法則

アメリカの損保会社の安全技師ハインリッヒが発表した「1：29：300の法則」とは、330件の事故のうち、1件は重傷事故、29件は軽傷事故、300件は無傷害事故（ヒヤリ・ハット）を起こしているというものです。

ヒヤリ・ハットは、直接の関係者は「あよかった」と直ぐに忘れがちです。

そこで、職場や作業現場などでは、敢えて各個人が経験したヒヤリ・ハットを公開し、蓄積、共有して教訓にすることで、重大な事故の発生を未然に防止するのに役立てています。



## IV 仕事に行く前に

### ① 今日の体調は？

- ① 就業当日、体調の不調を感じたら無理をしないで休みましょう。  
※休む場合は、仕事先とシルバー人材センター事務局に必ず、連絡する。
- ② 規則正しい生活を心掛け、食生活に気を配り、軽い運動をするなど、日頃から健康管理に配慮し、体や心の不調に早く気付くなどしましょう。



### ② 就業時間と場所の確認

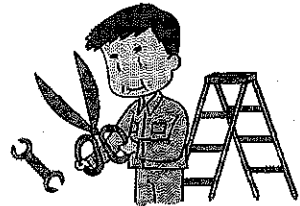
前日までに、就業する時刻と就業先までの経路と所要時間を確認し、当日は十分な余裕をもって自宅を出ましょう。

### ③ 仕事の内容の確認

仕事の内容を確認し、安全対策のチェックをしましょう。

### ④ 就業に必要な機具類は整っているか

- ① 就業に必要な機具類、携行品などを確認しましょう。
- ② 怪我などの応急用品を確認し、必ず携行しましょう。

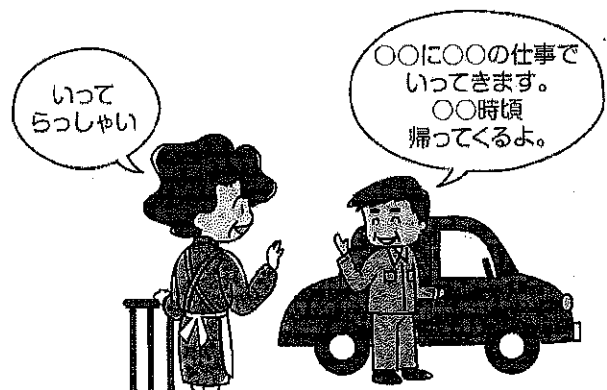


### ⑤ 作業に合った服装、必要な保護用具は何か

作業に適した作業服、靴、手袋、保護具は揃っているか、状態は正常かチェックをしておきましょう。

### ⑥ 家族に声を掛けて

家族に就業先、仕事の内容、就業時間、帰宅予定時間を伝えておきましょう。



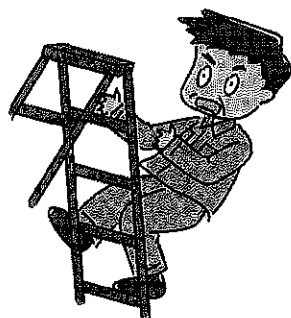


## V 事故はこんな時に起きる

事故の大きな原因は、機具、保護具、設備や場所の「不安全状態」によるものと、人の行動による人的原因の「不安全行動」の2つに区分されます。

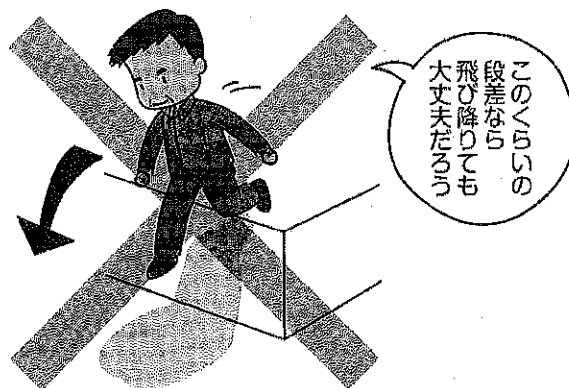
### ① 機具・保護具・設備・場所の不安全な状態

| 区 分        | 具体的な事例  |
|------------|---|
| ① 物自体の欠陥   | 破損、欠落、老朽化等で本来の機能が低下している。  |
| ② 安全保護具の欠陥 | 破損、汚損、欠落、老朽化等で保護機能が低下している。  |
| ③ 作業環境の欠陥  | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 傾斜地である。</li> <li>● 軟弱地盤で沈下や崩れる。</li> <li>● 起伏がある。</li> <li>● 突起物がある。</li> <li>● 投棄物がある。</li> <li>● 滑りやすい。</li> <li>● 擁壁上である。</li> <li>● 有害、危険な生物や植物が存在する。</li> <li>● 天候不良</li> </ul> |
| ④ 物の置き方    | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 整理・整頓ができていない。</li> <li>● 作業に影響する場所に放置</li> <li>● 物に悪影響する場所に放置</li> <li>● 目につかない所に放置</li> <li>● 不安定な状態での放置</li> </ul>   |
| ⑤ 作業方法の欠陥  | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 安全策を講じていない。</li> <li>● 計画性がない。</li> </ul>  |



## ② 就業会員の不安全行動

| 区 分      | 具体的な事例  |
|----------|---|
| ① 服装の欠陥  | <ul style="list-style-type: none"> <li>●作業に適さない。</li> <li>●身体のプロtectionができない。</li> </ul>  |
| ② 保護具    | <ul style="list-style-type: none"> <li>●使用しない。</li> <li>●不適正な使用</li> <li>●改造する。</li> </ul>  |
| ③ 安全装置   | <ul style="list-style-type: none"> <li>●取り外す。</li> <li>●機能を下げる。</li> <li>●無効にする。</li> <li>●指定外（用途外）の使用</li> </ul>   |
| ④ 機具の手入れ | <ul style="list-style-type: none"> <li>●点検、修理、清掃、注油等を怠る。</li> </ul>   |
| ⑤ 安全対策   | <ul style="list-style-type: none"> <li>●危険箇所の未表示</li> <li>●事故要因の放置</li> <li>●作業前安全未確認</li> <li>●事故防止対策未処置</li> </ul>  |
| ⑥ 動作     | <ul style="list-style-type: none"> <li>●危険な場所への接近</li> <li>●確認をしない。</li> <li>●飛び降り</li> <li>●飛ばす</li> <li>●悪ふざけ</li> <li>●無理をする。</li> <li>●安全作業の基本を守らない。</li> </ul> |



### ③ 不安全行動の原因

| 原因    | 具体的な事例   |
|-------|--|
| ① 心理的 | <ul style="list-style-type: none"> <li>●無意識な行動</li> <li>●慣れ</li> <li>●考えごと</li> <li>●習慣的行動</li> <li>●省略</li> <li>●物忘れ</li> <li>●錯覚（錯誤）</li> <li>●憶測判断</li> <li>●とっさの行動（考えずに行動を起こす。）</li> </ul> |
| ② 生理的 | <ul style="list-style-type: none"> <li>●疲労</li> <li>●睡眠不足</li> <li>●身体機能の状態</li> <li>●飲酒</li> <li>●加齢</li> </ul>   |
| ③ 職場的 | <ul style="list-style-type: none"> <li>●共働者との人間関係</li> <li>●チームワーク</li> <li>●コミュニケーション</li> </ul>  |



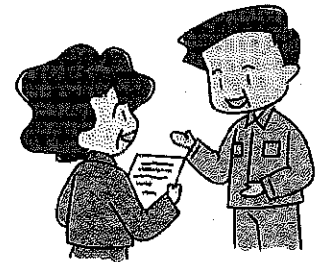
## VI 仕事にかかる前にしなければならないこと

### ① 作業現場の状況確認と事故防止対策

- ① 作業現場の下見
  - 作業手順、割振り等を決める。
  - 危険箇所、危険物、危険生物等の確認
- ② 危険箇所の表示、危険物等の除去
- ③ 第三者等に危険、迷惑を与えないための危険区域の表示、進入禁止等の措置

### ② ミーティング(作業者打合せ)の実施

- ① 危険箇所と事故防止策の確認
- ② お互いの体調の確認 ※不調者は就業しない。
- ③ 仕事の手順、分担、発注者からの要望事項、注意事項、使用する機具、保護具、作業内容等を確認する。
- ④ 会員の作業場所への配置は、複数とするか、お互いの状況が見える範囲とする。
- ⑤ 伝達、緊急時等の合図、連絡方法を確認する。
- ⑥ 不安全作業、不適正行動等が見受けられたら、お互いに注意をし合うとともに、注意された者はすぐに正すことを確認する。



### ③ 機具、保護具の点検

使用する機具、保護具の損傷、欠落、耐用年数等を確認し、異常があるものは、修理し、耐用年数を超えているものは使用しない。

### ④ 柔軟体操の実施

仕事をする前に筋肉をほぐして関節の動きが良くなるよう、又神経系や呼吸循環器系を適度に刺激するよう、ゆっくりと行いましょう。

※ラジオ体操は、人体の全ての筋肉と関節を動かすように構成されています。



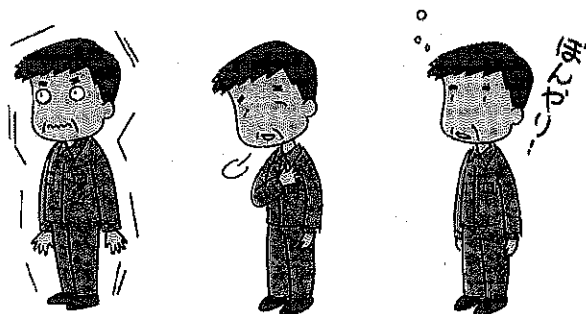
## VII 事故を起こす心の態様

### ① 心理的又は心理状態

- ① さぼり（怠け心）
  - 面倒くさがり、規則や安全就業基準などを守ろうとしない。
  - 仕事に必要な段取りをきちんとしていない。
  - 危険を知りながら安全策を実行しない。
  - 楽することを優先する。
- ② ちゃっかり（利己心）
  - 自分の都合を最優先にし、他人やグループ全般の利害などを考えようとしない、身勝手な考え方。自己中心的で周囲のことを考えないため、他の人に危険を及ぼすことを気にしない。
  - 協調性が薄い。
- ③ おごり（慢心・自信過剰）
  - 過去の実績だけで自分に出来ると根拠なく考え、事故に対する慎重さを欠く。
  - 危険性を注意しても受け入れない。

### ② 意識状態

- ① あがり（過度の緊張時）
  - 頭の中が真っ白になり、平常心を失い普段の落ち着きをなくしたとき、通常のことができなくなり、失敗しやすくなる。
- ② ぼーっとする（緊張がとけたとき）
  - 緊張がとけてホットした「気がぬけた～」、「穴のあいた～」放心状態のとき、異常に対応できない。
- ③ しょんぼり（意気消沈）
  - 失敗するなどして、しょげかえり気力などが衰えて落ち込んでいるとき、異常に気付かない。
- ④ うっかり・ぼんやり
  - 忘れたり、注意が行き届かないとき、気持ちが集中せず間が抜けて異常に気付かない。



## VIII 作業一般

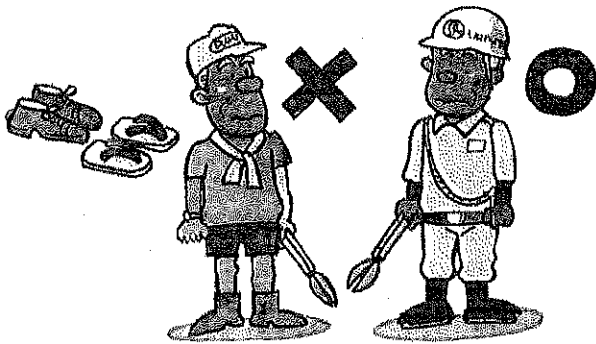
### ① 作業現場での留意事項

- ① 作業に掛かる前に事故の要因（側溝、穴、突起物、障害物、蜂、マムシ、ウルシ等、転落、転倒、滑る、刺される、噛まれる、被れる等）の有無を確認し、除去、又は目印を付ける等の事故防止対策を講じる。
- ② 危険性が高く、安全に作業ができないと判断した個所は、発注者と協議し作業範囲から除外する。
- ③ 機具等を使用するときは、使用前に点検し不良な物は使用しない。
- ④ 作業現場に第三者が立ち入らないよう、「作業中」、「進入禁止」や「迂回路」の標識を設ける。
- ⑤ 道路（通路）付近で作業するときは、飛散、落下、転げ落ちる、はみ出し等で通行者等に危害を与えることがないように、十分に注意するとともに必要な対策を講じる。
- ⑥ 作業前にミーティングを行い、お互いの体調、作業手順、役割分担、合図・連絡手段、危険箇所、事故防止対策などを確認し協議する。
- ⑦ 作業に掛かる前に、柔軟体操を行う。
- ⑧ ハサミ等刃物類は、目に付き易い場所に倒れない、滑らない、転がらないよう安定させて置く。
- ⑨ 電動機具は、濡れた状態では使用しない。作動させないとき安全ボタンをセットするか、コンセントからプラグを抜く。
- ⑩ 作業現場は、常に整理・整頓、清潔を心掛ける。
- ⑪ 就業時間は、長時間連続としないで、適宜、休憩を入れる。
- ⑫ 騒音、飛散物、通行等で住民等から苦情がないよう、作業前に了解を得ておく。
- ⑬ 緊急時の連絡先（共働者、センター事務所）を確認しておく。
- ⑭ 救急箱を現場に常備する。
- ⑮ 仕事は、発注者の満足が得られるよう、依頼事項を十分に確認して、誠実、丁寧に行う。
- ⑯ 作業完了時には、発注者の完了確認を得る。
- ⑰ 飲酒は、就業前および就業中は厳禁。



## I 植木の剪定

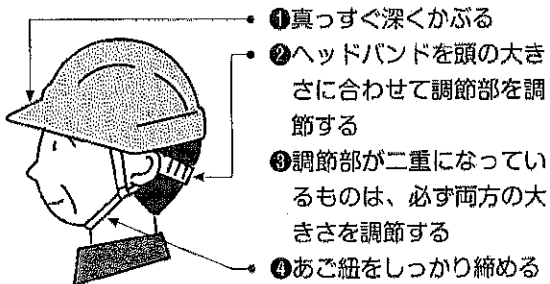
### ① 服装と保護具



#### 作業服装

- ① 服装は、動きやすく清潔なもの
- ② 袖は、木の枝やトゲによる怪我、毛虫等の刺されを防ぐため、長袖で袖口は絞る。
- ③ スポンは、膝の屈伸がしやすく動きやすいもので、裾は絞るか脚絆を着ける。
- ④ 靴は、滑らないもの
- ⑤ 腰には、道具袋装着ベルトを付ける。

#### 安全帽の正しいかぶり方



#### 保護具

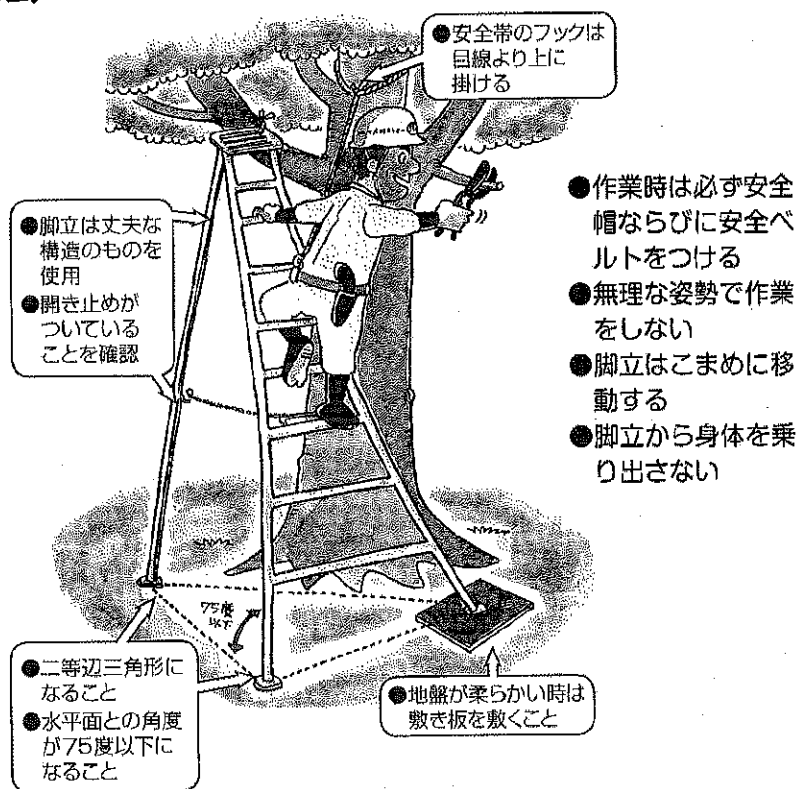
- ① 安全帽は正しく着用する。
- ② 安全ベルトは、高所作業が予想されるときは、腰に装着する。
- ③ 手袋
- ④ 作業状況により使用する。
  - 保護眼鏡
  - 耳栓

#### (留意事項)

- ① 安全帽は、顎ひもを正しく装着する。変形、傷や汚損があるもの、耐用年数を過ぎたものは使用しない。
- ② 安全ベルトは、高所作業時は必ず使用する。摩耗、切れ等損傷のあるものは使用しない。
  - 安全ベルトは、腰骨の上あたりで締める。
  - フックは、目線より高い位置で急激な荷重がかかっても耐えられる箇所に取り付ける。



## ② 脚立の使用法

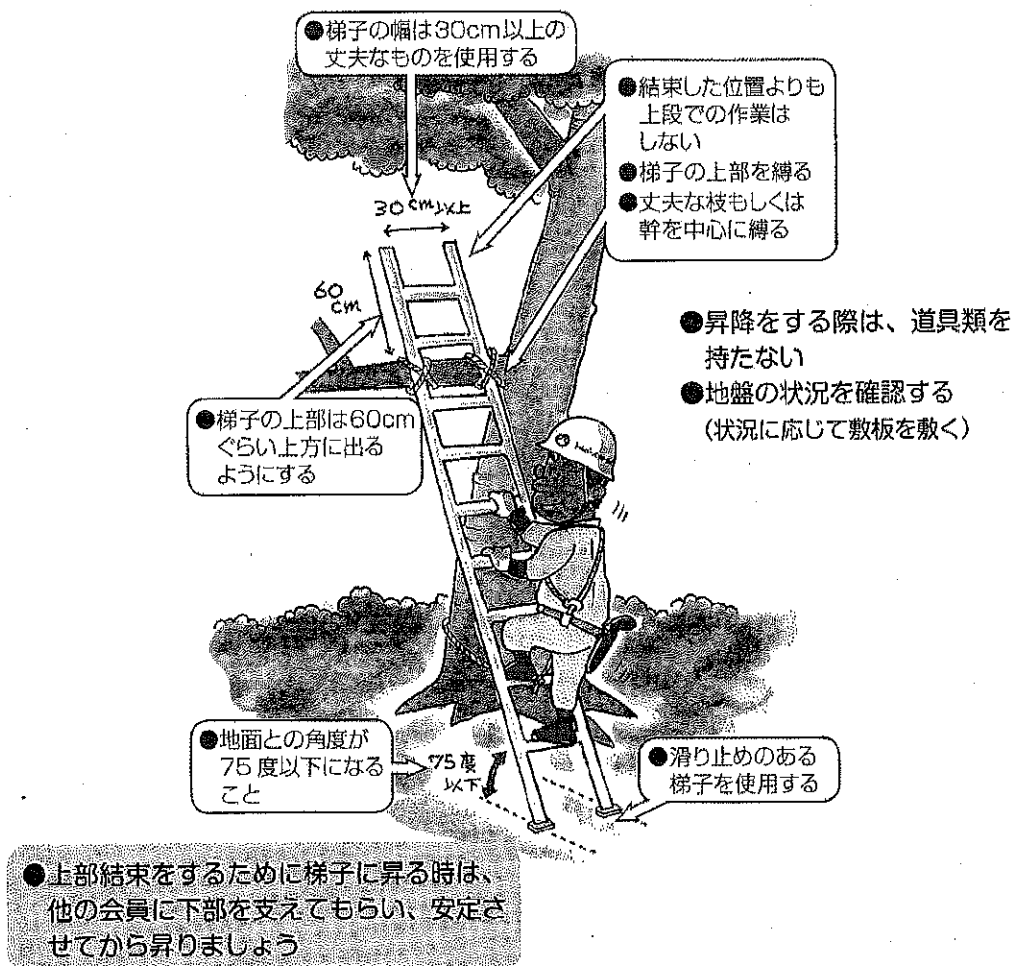


- ① 脚立（三脚と四脚をいう。）は、使用前に亀裂、損傷、曲り、欠落、開き止め等を十分に点検する。
- ② 脚立は、棧が水平になり、脚と水平地面の角度が75度程度となるように立て、脚が滑らない、外れない、沈下しないことを確認する。
- ③ 脚立の開き止め金具は、効果があるようにセットする。
- ④ 軟弱地盤は脚が沈まないよう敷板を敷く。敷板は脚が外れないように敷く。
- ⑤ 三脚は、3本の脚の地面と接する点が二等辺三角形になるように立てる。
- ⑥ 脚立は、作業位置の高さに合った高さのものを使用する。  
※作業高さから70～90cmを引いたのが適当な三脚の大きさ（高さ）
- ⑦ 脚立の上方が樹木に固定できるときは補助ロープで固定する。
- ⑧ 脚立下に人が入らないよう、又、通行者や車両等が脚立に触れないよう立入禁止区域等の表示をする。
- ⑨ 脚立上での作業
  - 上から3段目以下の棧で行い、天板に立ったり、またいだりしない。
  - 体の重心を脚の幅より外に出さない。
  - 脚立に背中を向けて（後ろ向き）で作業をしない。
  - 脚立と塀や樹木等をまたいでの作業はしない。
  - 脚立を昇降する際には、道具類を手を持たない。
  - 昇降時に、棧を飛ばしたり、飛び降りをしてはいけない。
  - ハサミ等刃物類は、脚立の脚元周辺、天板や棧には置かない。
  - 樹枝の切り落としの際は、脚立に当たらないようにする。



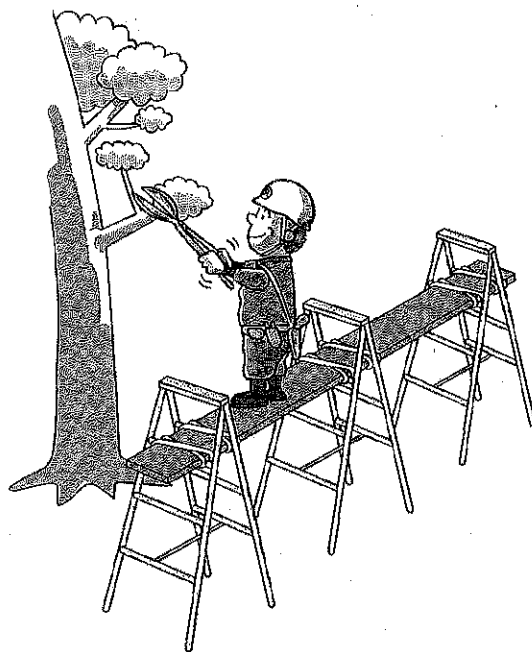
### ③ 梯子の使用法

- ① 梯子は、幅30cm以上の丈夫なもので、脚に滑り止めのあるものを使用する。
- ② 使用前に亀裂、損傷、曲り、欠落等を十分に点検する。
- ③ 梯子を立て掛けるときは、地面との角度は75度程度に、梯子の上部は立掛けた箇所より60cm程度上方に出るようにし、軟弱な地盤に設置するときは、脚が沈まないようにする。
- ④ 使用するときには、梯子の上方は補助ロープで固定するか、他の作業者に脚部を両手で押えさせる。
- ⑤ 樹木に梯子を立て掛ける際は、樹木の腐朽・弱枝等で梯子が倒れないよう強度を確認する。
- ⑥ 身体の重心が梯子から外れる姿勢で作業しないよう、作業位置に合わせて梯子を移動させる。
- ⑦ 昇るときは滑りにくい靴を履く。靴裏の泥や水を除去する。
- ⑧ 昇降時は、手に道具類を持たない。棧は土踏まずの部分で踏む。
- ⑨ 上から3段目以下の棧で作業をする。
- ⑩ 切り落とした樹枝が梯子に当たらないようにする。
- ⑪ 梯子下に、人が入らないよう、又、通行者や車両等が梯子に触れないよう立入禁止区域等の表示をする。



## ④ 足場板の使用法の基本

- ① 脚立を利用して足場板を掛け渡すときは、間隔を1.8m以下とする。また、足場板の設置高さは2m以下とする。
- ② 足場板は、丈夫なものを使用する。著しい損傷、腐朽、変形、割れ、虫食いのあるものやたわみが大きいものは使用しない。
- ③ 低い位置で強度を確認する。
- ④ 足場板は、滑らないよう両端をゴムバンド等で固定する。
- ⑤ 足場板は、作業床の幅が40cm以上になるように2枚以上架け渡し、隙間は3cm以下とする。
- ⑥ 足場板上では、無理な姿勢で作業をしない。
- ⑦ 転落のおそれのある場合は、安全ベルトを使用する。



## ⑤ 樹木上での作業

- ① 安全ベルトのフック掛けは、目線より高い場所にする。
- ② 枝の折れやすい樹種、滑りやすい樹皮をもつ樹種での作業は、特に慎重に行う。
- ③ 枝に掴まったり体重をかけたりするときは、仮負荷を掛けて安全を確認する。
- ④ 樹木の性質や強度を知り、樹木に合わせた安全策を講じる。
- ⑤ 作業中の下周辺には、人を進入させない。
- ⑥ 悪天候（池の水面に波頭が立つ、太枝が揺れる等の強風や降雨、降雪）のときや樹木が濡れているときは登らない。

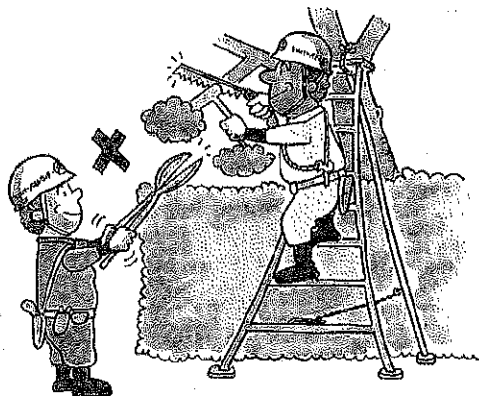


### 安全帯着用にあたっての注意

- 道具の上からは着用しない
- バックルを正面、フックが側体になる様に正しい位置に着ける
- 安全帯のロープは、必ず頭より上にかき、幹にひとまわり巻いてフックで止める

## ⑥ 刈込作業

- ① 複数で、刈込み作業を行う場合は、お互いが接近しない、向かい合う位置で作業しない。
- ② 刈込バサミ、ヘッジトリマーの刃先に十分注意する。
- ③ 機具を仮置きするときは、目に付き易い、安定した場所に置く。脚立の脚元、棧や天板上には置かない。



### ④ ヘッジトリマーの使用

- ア 使用説明書をよく読み順守する。
- イ 使用する前に、刃、ボルトのゆるみ等を点検する。
- ウ 不安定な場所（梯子や木の上等）では使用しない。
- エ 刃先には触れない。
- オ 切り刃から手と体を離して両手でしっかり機体を握って作業をする。
- カ 保護眼鏡を使用する。

### キ 電気式ヘッジトリマー

- コード、プラグの損傷がないか確認する。
- 雨中や濡れた植木での作業はしない。濡れた手で操作をしない。
- 持ち運ぶときは、安全ボタンをセットする。

## ⑦ 安全ベルト使用上の注意事項

- ① 安全ベルトの点検
  - 規格品であるか
  - ベルト、ロープに摩耗・擦り切れ、切傷、損傷、溶融等はないか
  - バックル、D環の変形・傷・錆はないか
  - フックの変形・傷・錆・外れ止め装置の開閉操作不良はないか
- ② ベルトはバックルに正しく通す。
- ③ ベルトの先端部は、ベルト通しに通す。
- ④ ベルトは、腰骨上部の位置にしっかりと締める。  
※締め方は、ベルトと身体の間に親指が入る程度とする。
- ⑤ D環の位置が身体の前にならないようにする。
- ⑥ 木等に取り付ける場合は、D環より上部で墜落時の衝撃に耐える強度ある個所とし、枝に取り付けるときは幹側根元とする。
- ⑦ 落下したときに下方の地面、その他障害物と接触する恐れがないか確認する。
- ⑧ 分解や改造をしない。



## Ⅱ 草刈機除草

### ① 服装や保護具の使用



#### 作業服装

- ① 服装は、体にあつた動きやすく汚れても良いもの
- ② 袖は、長袖で袖口は絞る。
- ③ スポーンは、膝の屈伸がしやすく動きやすく、裾は脚絆をつける。
- ④ 靴は、滑らない、マムシ対策のできるもの
- ⑤ タオル等を首から垂らさない。

#### 保護具

- ① 安全帽は、飛散物、転倒時等に頭部を保護するため必ず着用する。
- ② 保護眼鏡（又はフェースシールド）
- ③ 防振手袋
- ④ 脛当て
- ⑤ 耳栓
- ⑥ 呼子
- ⑦ 安全ベルト・補助ロープ
- ⑧ 飛散事故防止ネット

#### (留意事項)

- ① 安全帽は、顎ひもを正しく装着する。変形、傷や汚損があるもの、耐用年数を過ぎたものは使用しない。
- ② 靴は作業現場の状況に合ったものを使用する。傾斜地で滑りやすい場所は、スパイク付きのものを使用する。
- ③ 転落等の心配がある場合は、安全ベルトと補助ロープを使用して防止策を講じる。
- ④ 小石等の飛散物による事故を防止するため、事故防止ネット等の使用又は飛散が少ない草刈機を使用する。

## ② 作業箇所の環境整備

- ① 作業現場の安全性を作業前にチェックし、危険箇所には標識を設置する。
- ② 作業者以外の人が通行する場所は、「草刈機作業中」、「飛散物注意」等危険を知らせる表示を行う。

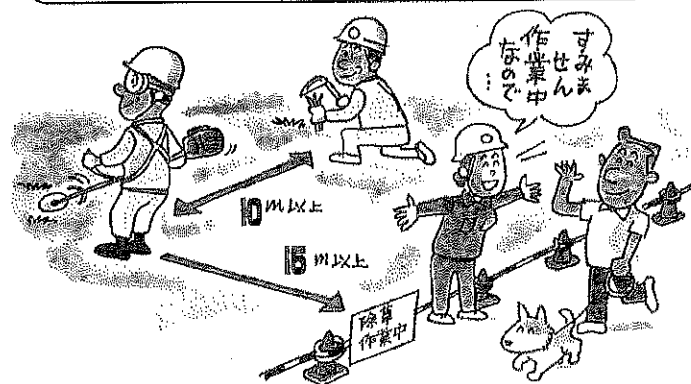
## ③ 作業時の足の運び

刈るときの足の位置は、右足を前に、左足は半歩後ろに置き、前進は、右足からすり足で前に出し、左足は右足の半歩後ろにまで進める、を、繰り返して前に進む。

## ④ 複数作業時の作業者の基本位置

- ① 作業者から半径5m以内は立ち入り禁止とし、十分な間隔を取る。
- ② 傾斜地では、上下位置とならない。
- ③ 傾斜地では、斜面の下方に向かって刈り進まない。

●作業者同士は半径10m以上、他の人は15m以上離れて作業しましょう



## ⑤ 草刈作業の方法と注意事項

- ① 刈幅は、約1.5m程度とし、右から左に刈り払う。  
※左から右に振るときは刈り払いをしない。往復刈は大きな事故の原因となるキックバックを起こす恐れがあるので厳禁
- ② 刈刃が常に体の正面になるよう、ひざと腰で身体を回転させて刈る。
- ③ 草刈機作業が無理な箇所は、鎌等で草を取る。
- ④ 石、投棄物、その他障害物が予想される場所は、まず、高い位置（腰の高さより低くする。）で刈り払い、安全を確認して通常刈りをする。
- ⑤ 肩掛けバンドは、正しく掛ける。
- ⑥ 次の場合は必ずエンジンを停止し、刈刃が止まってから行う。
  - ア 刈刃に詰まった草等を除去するとき
  - イ 刈刃が石等固いものと接触し刃の損傷確認をするとき
  - ウ 給油するとき

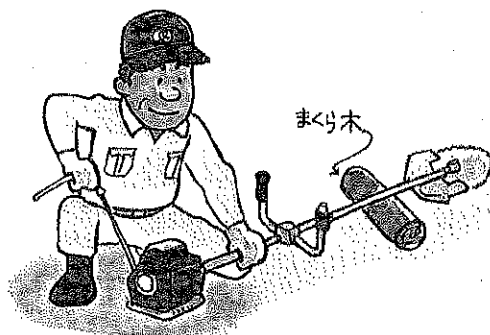
## ⑥ 草刈機の取り扱い

### ① 使用前の点検

- ア 安全カバーの損傷、取付位置、曲り等の確認
- イ 刈刃が作業目的に合っているか、刃の欠け、亀裂等の確認
- ウ ハンドル、ネジの弛み、変形等
- エ エンジン部分の燃料漏れ、付着物の確認
- オ その他取扱説明書による点検の実施
- カ 草刈機を仮置きするときは、エンジンを停止し、転げたりしない場所に、刈刃が見えるように置く。
- キ 移動するときは、エンジンを停止し、刈刃にカバーをかけ、担ぐ場合は刈刃を前にする。

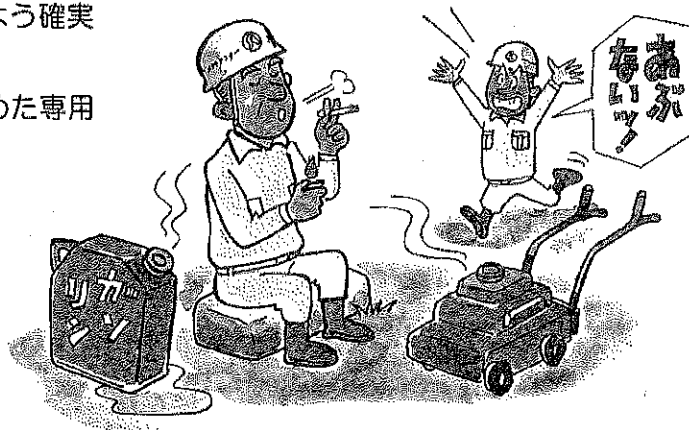
### ② エンジンの作動

- ア 刈刃が地面や物に触れていないこと、周辺に人が居ないことを確認し、主軸を手で持ち固定させて作動させる。
- イ 暖機運転をして、異常音、回転ムラ、振動の有無を確認する。
  - 異常があるときは、使用しない。
  - 無負荷で高速回転はしない。



### ③ 燃料の取扱い

- ア 燃料容器を置く場所は、日陰とし火気厳禁とする。
- イ 補給は、エンジンが冷えてから換気のない火気のない所で行う。
- ウ 燃料容器の栓を開けるときは、減圧をしながらゆっくりとし、閉めるときは燃料漏れが起きないように確実に閉める。
- エ 燃料の保管は消防法で定めた専用容器を使用する。



## Ⅲ 手作業除草

### ① 服装や保護具の使用



#### 作業服装

- ① 服装は、体にあつた動きやすく汚れても良いもの。
- ② 袖は、長袖で袖口は絞る。
- ③ スボンは、膝の屈伸がしやすく動きやすく、裾は締まったもの。
- ④ 靴は、滑らない、マムシ対策のできるもの。



#### 保護具

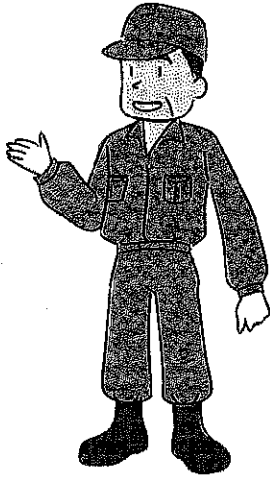
- ① 安全帽
- ② 作業に合った手袋
- ③ 必要により保護眼鏡、マスク
- ④ 脛当て

### ② 鎌、草剃具の使用

- ① 使用前に、亀裂等の損傷の有無の確認
- ② 複数作業時は、刃先に注意する。
- ③ 仮置きは、刃を下にし、目に付き易い安定した場所とする。

## IV 運搬・積込

### ① 服装や保護具の使用



#### 作業服装

- ① 服装は、体にあつた動きやすく汚れても良いもの
- ② 袖は、長袖で袖口は絞る。
- ③ スポンは、膝の屈伸がしやすく動きやすく、裾は締まったもの。
- ④ 靴は、滑らない安全靴

#### 保護具

- ① 安全帽は適正に着用する。
- ② 作業に合った手袋

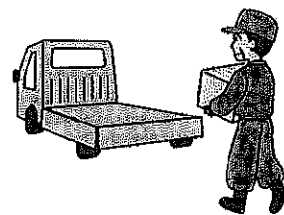
### ② 作業方法

- ① 作業前に腰部を中心とした入念な準備体操をする。
  - ② 体力の限界を見極め、無理をしない。
  - ③ 腰部に急激な負荷が掛からないようする。  
ア 持ち上げ能力は、体重のおおむね40%以下となるように努めること、さらには、女性は男性の60%程度とする。  
イ できるだけ荷物に体を近づけ、重心を低くするような姿勢をとる。  
ウ 床面などから荷物を持ち上げる場合には、片足を少し前に出し、膝を曲げ、腰を十分に降ろして荷物を抱え、膝を伸ばすことによって立ち上がるようにする。  
エ 荷物を持ち上げるときは呼吸を整え、腹圧を加えて行う。  
オ 荷物を持った場合には、背を伸ばした状態で腰部のひねりが少なくなるようにする。
- ④ 運搬経路の足元の安全を確保するため、障害物等はあらかじめ取り除く。



### ③ 車両への積込

- ① サイドブレーキを掛け、非常点滅灯を点灯する。
- ② 作業範囲に人が居ないか、入って来ないか確認する。
- ③ 過積載、荷崩れ、片荷にならないようにする。
- ④ 落下や飛散しないように積荷を固定する。





## ① 屋外清掃

- ① 転倒、飛散物、接触による頭部を保護する必要がある場合は、安全帽を着用する。
- ② 滑りにくい靴を履く。
- ③ 自動車や人等が通る場所で清掃するときは、作業中の表示をし、注意を促すようにする。
- ④ 夏や日差しが強い日は、帽子をかぶり通気性の良い作業着を着用し、水分、塩分の補給と休息を適宜行う。
- ⑤ 駐車中の車両や建造物等に接触等により損害を与えないよう十分に注意する。
- ⑥ 使用する機具や砂ほこり等で、通行人等に危害を与えないように周囲に気を配る。



## ② 屋内清掃

- ① 通行者がある場所で清掃するときは、注意を促す作業中の表示をする。
- ② 換気を適宜行う。
- ③ 転倒要因（引っ掛ける。つまづく。滑る。）を確認し、事故防止のため、表示するか、取り除くようにする。
- ④ 床清掃
  - ア 防滑靴か滑り止めのカバーを使用する。
  - イ ポリッシャーの使用
    - ハンドルを両手でしっかり持って操作する。
    - コードやプラグの痛んだものは使用しない。
- ⑤ 階段等転落の恐れのある個所は、十分注意する。
- ⑥ 洗剤等を使用するときは、使用上の注意事項等を十分理解し正しく扱い、素手では扱わないようにする。
- ⑦ 必要によりマスクをする。
- ⑧ 作業後は手洗いを十分にする。



## I 熱中症

### ① 熱中症とは

- ① 高温多湿な環境下で、体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温調整機能がうまく働かないことにより、体内に熱がたまり、筋肉痛や大量の発汗、さらには吐き気や倦怠感などの症状が現れ、重症になると意識障害などが起こります。
- ② 気温が高い、湿度が高いなどの環境条件と、体調が良くない、暑さに体がまだ慣れていないなどの個人の体調による影響とが組み合わさることにより、熱中症の発生が高まります。
- ③ 屋外で活動しているときだけでなく、就寝中など室内で熱中症を発症し、救急搬送されたり、不幸にも亡くなられたりする事例が報告されています。

室内にいるときも注意が必要!

### ◎ 高齢者の方は特に注意が必要です!

- 熱中症患者のおよそ半数は高齢者（65歳以上）です。高齢者は暑さや水分不足に対する感覚機能が低下しており、暑さに対する体の調整機能も低下しています。
- のどの渇きを感じていなくてもこまめに水分補給をしたり、暑さを感じなくても扇風機やエアコンを使って温度調整をするように心掛けましょう。

急に暑くなった日は特に注意



## Ⅱ 蜂

### ① 蜂に刺されないために

- ① 蜂の巣に近づかない。
- ② 巣の近くで振動、音や匂いをさせない。特に、スズメ蜂は、黒い色に向ってくるので、目は防蜂網で保護する。
- ③ 見張り役の蜂を見かけたら巣が近いと考え、速やかに危険区域から遠ざかる。
- ④ 蜂の巣付近に立ち入って蜂を刺激した場合（カチカチと威嚇音を鳴らすなどされたら）は、目を閉じ、顔をした向き加減にして（頭部や顔面部が狙われやすい。）、前向きで後退し、手でふり払わない。
- ⑤ 一旦攻撃が始まったら、攻撃する蜂が増えるため、急いでその場から逃げる。
- ⑥ 自動車の窓を開けばなしにしない。車内に入ったなら、停車し、明るい方向の窓を全開にして待つ。

### ② 刺された時の措置

- ① ポイズンリムーバーで毒を吸い出す。又は 指で絞り出しながら水で流す。
  - 蜂の毒は、水溶性であるので、体内に吸収されるので、口で吸い出さない。
  - アンモンニアは無効です。
- ② 毒針が残っている場合は、抜く。
- ③ 刺された部位の中枢側を数分間縛ったり緩めたりする。
- ④ 抗ヒスタミン薬を塗る。
- ⑤ アナフラキシーが疑われれば、アドレナリン注射（エピペン）を早急に行い、病院で受診する。気道圧迫しないため背負わず担架で運ぶ。



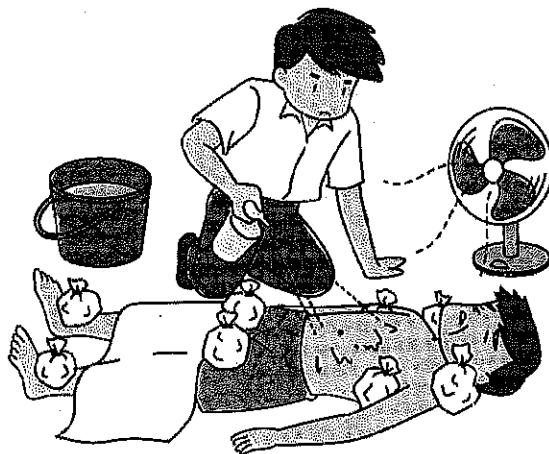
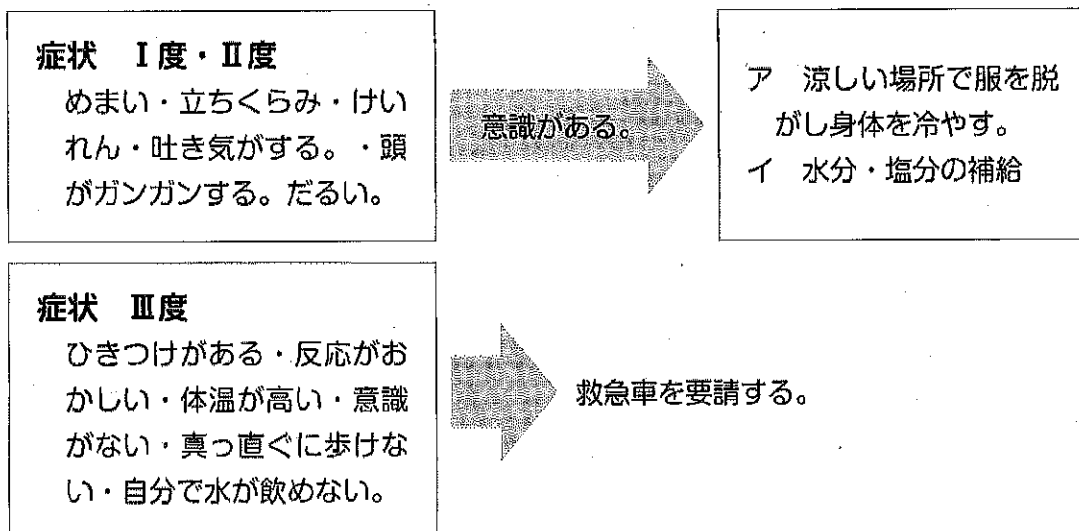
## ② 熱中症の予防法

熱中症の予防には、「水分補給」と「暑さを避けること」が大切です！

- ① こまめな水分・塩分の補給 ※ のどの渇きを感じなくても、こまめに水分補給を。
  - 塩あめやスポーツドリンクの使用
- ② 通気性の良い、吸湿・速乾の衣服着用
- ③ 保冷剤、氷、冷たいタオルなどによる体の冷却
- ④ 作業場所に日覆いをする。送風機を使用する。風通しを良くする。
- ⑤ 室温が上がりにくい環境づくり
  - こまめな換気、扇風機、エアコン、遮光カーテン、すだれの使用、打ち水など
- ⑥ 休憩時間を調整する。

## ③ 熱中症の症状がでたら早めの救急措置

### ① 症状と応急措置



## ① マムシに咬まれない為に

- ① 存在を確認する。
- ② 威嚇音に注意する。
- ③ 咬まれた時、歯が足に刺さらないような靴を履く。

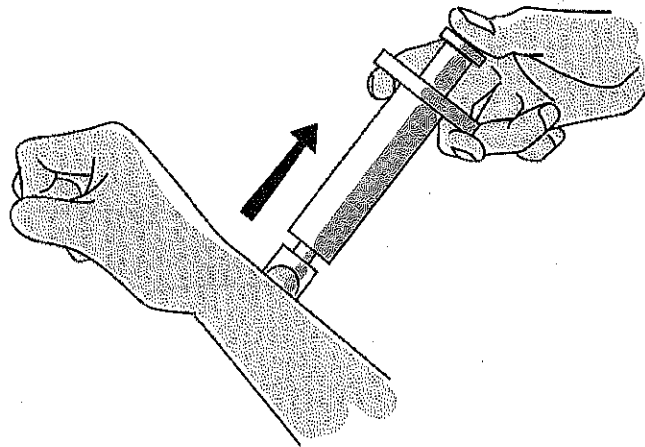
## ② 噛まれた時の措置

- ① ポイズンリムーバーで毒を吸い出す。又は、口で吸い出すか、絞り出す。  
※万が一飲み込んで、胃液で分解される。
- ② 咬まれたところから10~20cm上（心臓側）を紐で軽く縛る。（指1本が入る程度に）
- ③ 咬まれた部位を、心臓より低い位置にする。
- ④ 体内に毒が回らないように安静にして、救護者に病院まで搬送してもらう。

## ③ 措置できる病院

県下の大きな病院はほとんどが措置可能ですが、即、電話で近くの病院へ連絡しマムシに咬まれたことを告げ、措置が可能か、確認が必要です。

なお、救急車は最寄りの病院を調べて搬送してくれるので、救急車による搬送が最善です。



## IV マダニ

### ① マダニに咬まれないために

- ① マダニは、草むらや藪などに多く生息しています。こうした場所で作業する場合には、長袖、長ズボンを着用し、肌の露出部分をできるだけ少なくする。
- ② 作業後は、マダニに咬まれていないか確認をする。
- ③ 帰宅したときは、屋外で作業着等を着替え、家の中にマダニを持ち込まない。

### ② 咬まれた時の措置

- ① マダニは取り付くと皮膚にしっかりと口器を突き刺し、長時間（数日から長い場合は10日間）吸血します。無理に引き抜こうとするとマダニの一部が皮膚内に残ってしまうことがあるので病院で処置する。
- ② マダニに咬まれた後に発熱等の症状が認められたときは、重症熱性血小板減少症候群（SFTS）の可能性があるので、すぐに病院でマダニに咬まれたことを告げ診察を受ける。

