

安全ニュース

傷害事故報告

安全＋第一

6月の事故発生は0件でした。この調子で無事故が継続するようお願いします。

月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	計
令和7年度	0	1	0	0	0	1	1	1	2	0	0	0	6
令和8年度	1	1	0										2

防災グッズを確認しよう

大規模な災害が発生すると、スーパーやコンビニなどは、被災により営業を休止したり、物流の停滞により商品が入荷しづらくなったりします。

いざという時のためには、日頃から非常持出品を準備しておく必要があります。

防災グッズで必要なもの

- ・ 飲料水 水は、災害時にライフラインが止まったときの必需品です。飲料用と調理用だけで一人当たり1日3リットルの水が必要と言われており、最低3日分として9リットルの備蓄が必要になります。
- ・ 食料 家庭での食料品の備蓄は、「最低でも3日分、できれば1週間分程度が必要」といわれています。備蓄する食料品は、「主食(炭水化物)＋主菜(たんぱく質)」の組み合わせを考えることも大切です。レトルト食品(カレー、ごはん、おかゆなど) アルファ米・長期保存ごはん、缶詰など(魚、フルーツなど)、ビスケット・チョコ・栄養補助食品、フリーズドライ食品(味噌汁・スープなど) ...
- ・ カセットコンロ＋ガスボンベ 停電やガス供給の停止が長引くと、食材を温める手段が限られてしまうため、カセットコンロによる調理は重要な備えと言えます
- ・ 携帯トイレ 成人の1日の平均排泄回数は1人あたり5回といわれています。経済産業省では、備蓄目安として、1週間分(1人あたり35回分/週)を推奨しています



その他:LED ライト、モバイルバッテリー、マスク、現金(小銭を多めに)、常備薬等
必要に応じて準備しておきましょう

健康管理講習会開催

健康管理講習会【フレイル予防体力測定教室】開催

「健康を口で言うより まず実行毎日続けるフレイル予防」
家にとじこもりがちで体力が落ちていませんか？
是非この機会に体力測定教室へ参加してみましょう。

- 日 時:9月16日(水)10:00~12:00
- 場 所:シルバー人材センター会議室
- 内 容:フレイルの予防
 - ① 運動プログラム 準備運動、コーディネーション運動、ストレッチ運動、筋力運動
 - ② 栄養プログラム 自分に足りない食品を見つけよう
 - ③ 体力測定 6種類
- 募 集:15名
- 持ち物:筆記用具・動きやすい服装と運動靴・タオル、飲み物
- 講 師:センターフレイル予防サポーター
- 申込み:9月11日(金)までにお電話で申し込み下さい
048-481-4305
主催 安全委員会



フレイル予防事業「測定員養成研修」参加者募集

公益財団法人いきいき埼玉では、健康寿命の延伸に向け、継続的に体力測定を行うことにより、会員の健康と安全を側面的に支援していく体制づくりを考えています。当研修では、フレイルの体力測定と就業安全調査の方法を学び、正確な測定方法を身につけていただくための測定員を養成しようとするものです。

開催日:令和8年8月18日(火)
時 間:10時~16時
会 場:川越会場 ウエスタ川越 会議室1・2(2階)
講 師:東京都健康長寿医療センター研究所研究員
主 催:公益財団法人いきいき埼玉

- 申込み:7月31日(金)までにセンターへお電話で申し込み下さい
048-481-4305

