

安全ニュース

傷害事故報告 傷害事故多発中です！

8月、9月の事故発生は5件です。

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	0	4	1							7

発生日	時間	性別	年齢	場所	起因物	事故状況	被災状況
8/4	6:50	男	69	馬場4	スズメバチ	駐車場付近の除草をしていたところ、枝を払った際に蜂に頭部と右腕の二カ所を刺されてしまった。	病院にて治療
8/26	13:00	男	82	畑中1	高気温	広報配布中に倒れて救急搬送	熱中症との診断
8/27	11:30	男	73	本多2	転倒	芝刈り機を持って事務所へ移動している途中でバランスを崩し転倒	左部鎖骨骨折
8/29	13:30	男	72	本多2	スズメバチ	グラウンド整備中スズメバチに刺される	病院にて治療
9/2	7:40	男	83	片山1	めまい	めまいがして転倒、腰を強打した	腰の打撲

残念ながら8月、9月は5件の傷害事故が発生してしまいました。今一度就業前の体調確認、就業中の周囲の状況確認をお願いします。

【参考】除草時のスズメバチ対策の基本

- ・事前の確認 : 草を刈る前に、草むらや庭木、地面の穴などにハチが出入りしていないか必ず確認します。
- ・服装の工夫 : 黒い色はスズメバチに攻撃されやすいため、白や明るい色の長袖・長ズボンを着用し、肌の露出を減らします。
- ・香りの対策 : 整髪料や香水、汗のにおいに反応することがあるため、作業前の強い香りは避けます。
- ・殺虫剤の準備 : 万が一に備え、ハチ用ジェット噴射スプレーをすぐに使えるよう手元に用意しておきます



メンタルヘルスについて

メンタルヘルスとは体の健康ではなく、こころの健康状態を意味します。体が軽いとか、力が湧いてくるといった感覚と同じように、心が軽い、穏やかな気持ち、やる気が湧いてくるような気持ちの時は、こころが健康といえるでしょう。

しかし、だれでも気持ちが沈んだり、落ち込んだりすることはあります。日々の生活の中でストレスを感じることも少なくありません。気分が落ち込んだり、ストレスを感じることは自然なことですが、このような気分やストレスが続いてしまうと、こころの調子をくずしてしまう原因にもなります。さらにこころの不調は、周囲の人に気づかれにくく、自分からも伝えづらいため、回復に時間がかかってしまうこともあります。



☆セルフケア

- 睡眠をとる : 夜更かしを避け、決まった時間に起きて生活リズムを整えます。
- 体を動かす : 軽いストレッチやウォーキングなどの有酸素運動で血流を良くします。
- 食事や入浴 : 温かい食事をとり、ゆっくり湯船につかってリラックスします。
- 気持ちを書き出す : 今のモヤモヤした感情をノートに書き出して頭の中を整理します。
- 趣味やリフレッシュ : 音楽を聴く、好きな香りで癒やされるなど、の時間を作ります。



☆不調のサイン

- 気分の落ち込みや憂うつ感が続く、不安や緊張、イライラ、怒りっぽさが目立つ、何もやる気が起きない、楽しめない
- 眠れない、寝つきが悪い、夜中に何度も目が覚める、朝早くに目が覚める食欲がない、または食べすぎてしまう、原因不明の頭痛、肩こり、胃痛、動悸、強い疲労感が抜けない

こうしたサインが 2 週間以上続く場合や、朝起きられない・涙が出るなど出勤が難しいときは、我慢せず医療機関(心療内科や精神科)への相談を検討してください。

