

2022 年度安全標語 **オンとオフ切り替え上手で怪我也無し**

熱中症に気をつけよう

今年の夏も高温傾向
熱中症に気をつけましょう

7 月から 8 月の気温は、平年並みか高い所が多いでしょう。
梅雨明け後は厳しい暑さとなるため、早めの熱中症対策が必要です。

6 月	7 月	8 月
全域で「注意」。各地とも、日によっては「警戒」ランクになる可能性があります。	各地とも、日によっては「嚴重警戒」や「危険」ランクになる可能性があります。	広い範囲で「嚴重警戒」。各地とも、日によっては「危険」ランクになる可能性があります。

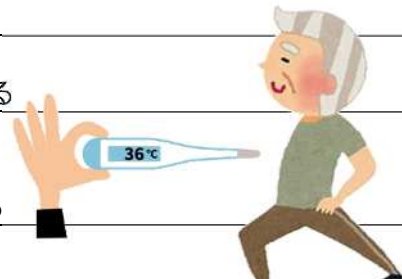
熱中症は予防が大事！「3密」を避けながら、十分な対策をとりましょう

政府広報オンラインより <https://www.gov-online.go.jp/useful/article/201206/2.html>

重症度	主な症状
I 度 軽 症 現場での応急処置が可能	めまい、失神、筋肉痛、筋肉の硬直（こむら返り）、大量の発汗
II 度 中等症 病院への搬送が必要	頭痛、気分の不快、吐き気、おう吐、力が入らない、身体がぐったりする（熱疲労、熱痲痺）
III 度 重 症 入院・集中治療の必要	意識がなくなる、けいれん、歩けない、刺激への反応がおかしい、高体温（熱射病）



暑さを避ける	<ul style="list-style-type: none"> ・感染症予防のため、換気を確保しつつ、エアコンの温度設定をこまめに調整する ・外出時は暑い日や暑い時間帯を避け、無理のない範囲で活動する ・涼しい服装を心がけ、外に出る際は日傘や帽子を活用する ・少しでも体調に異変を感じたら、涼しい場所に移動し、水分を補給する
適宜マスクを はずす	<ul style="list-style-type: none"> ・気温・湿度の高い中でマスクをすると熱中症のリスクが高くなるため注意する ・屋外で人と十分な距離（2m 以上）が確保できる場合は、マスクをはずす ・マスクを着用しているときは、負荷のかかる作業や運動を避ける
こまめに水分を 補給する	<ul style="list-style-type: none"> ・のどが渇く前に、こまめに水分を補給する（目安は 1 日あたり 1.2 リットル） ・たくさん汗をかいたときは、スポーツドリンクや塩あめなどで水分とともに塩分も補給する
日ごろから 健康管理をする	<ul style="list-style-type: none"> ・日ごろから体温測定や健康チェックをする ・体調が悪いと感じたときは、無理せず自宅で静養する
暑さに備えた 体づくりをする	<ul style="list-style-type: none"> ・暑くなり始めの時期から、適度に運動をする ・「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度で毎日 30 分程度行い、身体が暑さに慣れるようにする



7月は安全適正就業月間

仕事中に危ない！と思ったことがありますか



ハインリッヒの法則とは→事故の発生についての経験則。1件の重大な事故の背後には重大事故に至らなかった29件の軽微な事故が隠れており、さらにその背後には事故寸前だった300件の異常、いわゆるヒヤリハット（ヒヤリとしたりハットとしたりする危険な状態）が隠れているというもの

大事故を未然に防ぐためには、日頃から不注意・不安全な行動による小さなミス、ヒヤリハットが起きないようにすることがきわめて重要で、ヒヤリハットなどの情報をできるだけ早く把握し、的確な対策を講じることが必要



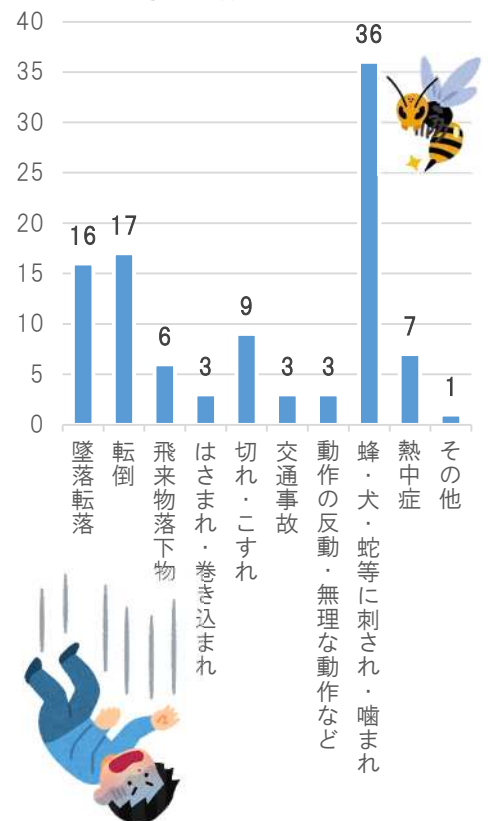
状況	車を駐車するときに車止めの擬石に気付かず、車両の後ろドアと下側を損傷した。
原因	あまり運転したことがない車両だった 不慣れな場所だった 人に注意が向いていた そこに障害物があると思わなかった
心理	不慣れな車両に、普段行かない場所で、心に余裕もなく緊張していた

事故を防ぐには
下見をする
時間に余裕を持つ
しっかり周囲を見る
声を出して確認する
心に余裕を

令和3年度石川県内センターの事故発生件数

順位	センター	会員数	請負		派遣	合計	発生率
			傷害	賠償			
1	珠洲市	309	2	0	0	2	0.65%
2	穴水町	175	0	2	0	2	1.14%
3	加賀市	855	5	1	4	10	1.17%
4	中能登町	235	0	3	0	3	1.28%
5	白山市	997	5	4	4	13	1.30%
6	金沢市	1,891	8	13	4	25	1.32%
7	津幡町	367	4	1	0	5	1.36%
8	七尾市	1,017	8	5	1	14	1.38%
9	内灘町	193	0	3	0	3	1.55%
10	輪島市	357	3	3	0	6	1.68%
11	野々市市	336	2	3	2	7	2.08%
12	小松市	947	11	3	8	22	2.32%
13	羽咋市	256	4	3	0	7	2.73%
14	かほく市	280	4	1	3	8	2.86%
15	能美市	430	6	4	5	15	3.49%
16	宝達志水町	143	3	3	0	6	4.20%
17	能登町	305	10	3	1	14	4.59%
18	志賀町	246	12	8	1	21	8.54%
県内合計		9,339	87	63	33	183	

事故別発生状況



安全・適正就業強化月間

7月は安全適正就業月間です。
会員の皆さん全員で事故のない「安心・安全」のシルバーを作りましょう。



「力」のつく言葉を集めてみました。
体力、気力、活力、能力、筋力、腕力、脚力、視力・・・意外とたくさんありますね。会員の平均年齢は74歳です。自信をもって「問題ない、大丈夫」と言えるように日頃から体調管理に努め、体調の悪い時は無理せず休みましょう。

