

安全だより

歯科講演会のお知らせ



令和7年1月30日（木）午後2時から いそしぎ第1講習室において、「歯と口の健康管理」についての講演会を開催いたします。生涯現役時代のいま、健康維持のためには「食」がポイントとなってきます。その上で、重要なことは「歯」の健康。年齢を重ねても自分自身の歯を1本でも多く残し、健康な歯を保ち続けるために、歯の健康について学びましょう。受講希望者は、事務局まで、メールまたは電話で申し込みをお願いします。

（メール；odawara@sjc.ne.jp）

安全巡回の報告

11月20日（水）に佐久間委員による安全巡回を行いました。巡回先は、西酒匂にある「酒匂水再生センター（神奈川県下水道公社）」と南足柄にある「足柄香粧」の2か所です。

「水再生センター」は、施設内の草刈、清掃作業を3名の会員で行います。敷地が広いため、会員がお互いに作業場所を把握し、緊急時の対応ができるよう伝えました。

「足柄香粧」は、作業で出る段ボールの片づけ。段ボール以外にも梱包材の分別等も行います。こちらは敷地が狭く、フォークリフトが稼働しているため接触等に気を付けるよう伝えました。



<足柄香粧の巡回の様子>

冬の健康管理「ヒートショックの予防」

ヒートショックとは、家の中の急激な温度差により血圧が大きく変動することで、失神や心筋梗塞、脳梗塞などを引き起こすことです。



ヒートショックを起こしやすいのは、特に冬場の冷え込んだトイレ・洗面室・浴室など、極端な温度差がある場所です。お風呂に入るときは、ふたを開けたままお湯を張ったり、換気扇を止めたりすることで浴室を簡単に温めることができます。ヒートショックに気を付けて、安全な入浴を心がけましょう