

新年度から4ヶ月が過ぎましたが、今年度4件の事故が発生しました。7月15日傷害事故(4件目)で**連続22日間無事故**の記録が停止しました。新たにスタートして、現在**連続15日間無事故更新中**です。無事故期間を長く維持できるように一人一人が安全に対する意識を持って就業に取り組みましょう。

令和3年度の事故件数は、傷害事故4件、賠償事故0件です。

連続無事故記録



現在 15日

1件目：令和3年5月13日発生 (傷害事故)

事故内容：自転車で濡れた路面を通行中に転倒した。

事故原因：大丈夫だと思い注意を怠り、身体のバランスを崩した。

再発防止策：降雨後の濡れた路面を走行する際には、いつも以上に注意するよう心がける。

2件目：令和3年5月22日発生 (傷害事故)

事故内容：除草作業中、作業服の左腕に毛虫が付いて刺された。

事故原因：作業前に確認を怠り、毛虫がいると思わなかった。

再発防止策：作業前に毛虫がいるかどうか必ず確認する。

3件目：令和3年6月22日発生 (傷害事故)

事故内容：帰宅途中の自転車走行中、右から急に飛び出して来た車に衝突した。

事故原因：急に飛び出てきた車に気が付かなかった。

再発防止策：車が飛び出してくる事を予想して、自転車を運転する。

4件目：令和3年7月15日発生 (傷害事故)

事故内容：青信号と一時停止した自動車を確認して自転車で走行したところ、一時停止から進行を開始してきた自動車と衝突した。

事故原因：一時停止していた自動車が自分(自転車)を認識していると思っていた。

再発防止策：一時停止していた自動車でも注意すること。また、左側通行を厳守すること。

「安全」はすべてに優先する！！

他のシルバーの現場で、階段からの転落事故が発生しました。当日体調が悪いにも関わらず就業していたということでした。責任感から無理をしがちではありますが、思いがけない事故はこんな時に起こります。**安全はすべてに優先します。**体調が悪い時は無理をせず、休むことをお願いいたします。



**重
要**

会員本人が感染や濃厚接触者になった場合は、必ず、センター事務所にできるだけ速やかに連絡して下さい。(個人情報として厳格に取り扱います。)

新型コロナウイルスワクチンを2回接種しても、安心できません。これまでとおりの感染対策(マスク、手洗い、密を避ける)をしまりましょう。

蜂刺されに注意！ 蜂に刺されないために

夏から秋にかけて蜂刺されの事故がピークになります。令和2年度には当センター内で3件の蜂刺され事故が起こっています。蜂は外敵から巣や身を守るために攻撃します。刺激しない限り、むやみに刺しません。蜂に刺されないよう行動や服装に注意しましょう。

蜂がいる場合、

蜂が近寄ってきても、慌てず手で払ったり駆け出したりせず、静かにその場を離れましょう。

蜂に刺された場合、

- ① 局所の痛みには毒吸引器で吸い取る（口で毒を吸い出そうとしない。）、抗ヒスタミン軟膏を塗布する、患部を冷水で冷やす等の対応をしましょう。
- ② 全身に症状（めまい/吐き気等）が出た場合は、直ちに医療機関に受診するようにします。

また、蜂に刺されないようにするには、

- ① 巣に近寄らない。
- ② 巣の近くで作業しない。
- ③ 巣を刺激したり、振動を与えない。
- ④ 着衣は黒いものを避け出来るだけ白色系を着る。
- ⑤ 体の露出部（腕、手、顔など）をできるだけ露出させない



植木の剪定など作業は、周囲を長い棒などで軽く叩く等して蜂がいないかしっかり確認したうえで、作業を行うようにしましょう。

「夏バテ」の原因を知り、暑い夏を乗り切ろう！

毎年悩まされる夏バテですが、何故起きるかのメカニズムを知り対策を立てることによって少しは軽減できるのではないのでしょうか。

夏バテの原因1

日本の夏は高温多湿なので、汗が皮膚表面から蒸発しにくく体内に熱を貯めて自立神経に負担がかかり、体調不調の原因となります。

夏バテの原因2

クーラーのかけすぎで冷えた室内と、暑い屋外を何度も行き来すると、体温調節をする自律神経のリズムが乱れ、からだ全体に不調をきたします。これが、いわゆる『冷房病』です。

夏バテの原因3

夜は体温が下がって入眠しやすくなるといわれていますが、熱帯夜のせいで体温がうまく下がらず、寝つきにくくなる可能性があります。寝室が暑すぎたり、クーラーのかけすぎで冷えすぎたりするのは快眠の妨げになります。十分な睡眠がとれないと、疲労回復できずに疲れがたまってしまいます。

夏バテ対策（家でできる予防法）

普段から軽い運動をし、お風呂にゆっくり浸かることで、汗をかく習慣をつけましょう。水分補給は麦茶がお勧めです。室内で過ごす時、冷房は28℃前後、寝る時はタイマーを設定しましょう。また、夏野菜は体を冷やしてくれるので、しっかりととりましょう。夏バテを解消することにより次の日の仕事の集中力も上がり、事故防止にもつながります。夏バテ予備軍にならないためにも、チェックリストのチェック数を減らしましょう。

夏バテ予備軍 チェックリスト

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> 冷たい麺類など、火を通さない。 料理を食べることが多い。 | <input type="checkbox"/> 冷房の効いた部屋に長時間いて、 寝る時もクーラーをかける。 |
| <input type="checkbox"/> 冷たい飲み物やアイスをとる。 | <input type="checkbox"/> 入浴はシャワーで簡単に済ませる。 |
| <input type="checkbox"/> 野菜はほとんど食べない。 | <input type="checkbox"/> 夜更かしをする。 |
| | <input type="checkbox"/> 運動量が少ない。 |

