

# シルバー人財センターだより

発行／公益社団法人山陽小野田市シルバー人材センター

〒756-0806 山陽小野田市中川二丁目4-16 ☎0836-84-0448

## 安全・適正就業強化月間

7月は「安全・適正就業強化月間」です。シルバー事業は、高齢者が健康で安心して「働く」ことを通じて生きがいを得るとともに、地域社会に貢献することを目的としていますので、日頃から安全・適正就業に対する意識を持ち続けることが大切です。



昨年度、他センターにおいて、剪定作業中の会員が転落により死亡する重篤事故が発生しました。

事故事例を「他人」ごとではなく、「自らのこと」として認識して安全就業に努めてください。

### 【安全対策の定期点検】

#### 〔安全意識の徹底〕

- 事故防止意識の徹底、就業における体調管理
- 作業に適した服装、履物、保護具等の着用
- 作業におけるヘルメット、安全帯の適正な着用

#### 〔就業途上の事故防止取組の強化〕

- 歩行時は、足下の凹凸や路面の状況を確認し、安全歩行を心掛ける
- 交通ルールを守り、安全運転に努める
- 交差点での安全確認、慣れによる緩慢な安全確認の防止



全国統一スローガン

**安全は 無理せず 焦らず 油断せず**

## 熱中症に嚴重注意！！

いつでもどこでもだれでも、条件次第でかかりやすいのが熱中症です。

特に労働をしているときなどは発症しやすく、症状が深刻なときは命の危険にさらされることもあります。

正しい知識と適切な予防法があれば、未然に防ぐこともできるので、熱中症にかかる前からきちんと対策をして、暑い夏を乗り切りましょう。



### 熱中症予防 ①

水分・塩分はこまめに補給！

### 熱中症予防 ②

涼しいところで休憩！

### 熱中症予防 ③

「おかしい？」と思ったらすぐに報告！

**自力で水が飲めない、意識がない場合は、ためらわず救急車を呼びましょう！**



### 【定時総会記念品】

お渡し期限は、**7月31日(水)**です。記念品のリフレッシュボールはすでに手にされた方に好評です。まだの方は事務所までお越しください。

## ハチ対策は万全に!

毎年6月から10月はハチに刺される事故が多く発生しています。

ハチに刺された場合、蜂毒にアレルギーがなければ刺された箇所に軽い痛みやかゆみ、腫れなどが起こり何日かで消えます。しかし、蜂毒アレルギーがあると刺された人の10%くらいが全身のじんましんなどの皮膚症状や嘔吐、呼吸困難などが起こるアナフィラキシーショックを起こすとされ、命に危険がおよぶ確率が高くなります。



### 【ハチに刺されないために】

- 1 作業前にハチが飛んでいないか作業現場の状況を確認する。
- 2 「携帯用ハチ撃退スプレー」をそばに置いて作業する。
- 3 巣に近寄らない、巣に振動などの刺激を与えない、巣の近くでは作業をしないことを常に心掛ける。
- 4 皮膚の露出をできる限り控える。
- 5 黒地の着衣等での作業は控える。
- 6 香水、化粧品等で匂いのするものは避ける。

### 【ハチに刺されてしまったら】

- 1 流水で洗い流し、針が残っている場合は取り除く。
- 2 患部から毒を絞り出す。
- 3 患部を冷やし、毒が回るのを抑える。
- 4 アナフィラキシーを疑う症状(発疹、めまいなど)が出たら、すぐに119番通報して救急車を呼ぶ。



## 健康遊具で運動を

公園に設置してある健康遊具を利用して、楽しく身体を動かし、いきいきとした毎日を手に入れましょう!

### 【筋力アップ体験会】

- 会場 須恵健康公園
- 日時 7月16日(火) 雨天中止  
13:30~15:00
- 内容 健康遊具の使い方・効率的な筋力アップの方法の体験
- 対象 概ね65歳以上  
30人(先着順)
- 申込先・問合せ先  
地域包括支援センター  
(市役所高齢福祉課内)  
☎ 82-1149



### 【健康遊具を利用して運動】

- 会場 江汐公園 健康遊具周辺  
※ 雨天時は管理棟
- 日時 7月26日(金) 13:30~
- 内容 健康遊具を用いた運動、ウォーキング、レクリエーション(雨天時)など
- 対象 概ね65歳以上
- 問合せ先  
地域包括支援センター  
(市役所高齢福祉課内)  
☎ 82-1149

