

会員各位

令和 4 年 12 月 28 日  
安全衛生委員会  
委員長 酒井 公二

### 【交通安全講習会開催のご案内】

平素は安全就業の推進に対して、ご理解とご協力を頂き感謝申し上げます。  
さて、今年度も、例年通り交通安全講習会を開催する運びとなりました。  
今回は歩行者での交通と自転車での交通の2点について講習を行う予定です。

全国の会員さんのケガの原因の3割を就業の行き帰りでの交通事故が占めております。  
更にはその約半分が自転車での交通事故となっております。近年には当センターでも就業  
帰りの会員さんが自転車に乗っていたところを左折トラックに巻き込まれるという痛ま  
しい事故が発生いたしました。会員の皆様には奮ってご参加いただき、安全な交通につい  
て学んでいただくことを望みます。

#### 記

- 1 日 時 2月13日(月) 14時から
- 2 場 所 シルバー人材センター第1・2会議室及び 事務所前広場
- 3 定 員 30名程度
- 4 内 容 (1) 講義 西入間警察署交通課交通総務  
(2) 自転車運転教習(安全確認)
- 5 申し込み 1月31日(火)までに事務所までご連絡ください。  
ご来所、お電話いずれでも結構です。
- 6 その他 当日は、筆記用具をご持参してください。  
駐車場がございませんので、車でのご来場はご遠慮ください。

以上

担当 事務局 宮本 TEL (285) 8172

## 急激な寒暖差…

# ヒートショックに注意！！

寒い季節になりますと、ヒートショックが多く発生します。ヒートショックでの死者数は今では交通事故の死者数よりも多いという情報もあります。

ヒートショックによる死亡を防ぐには以下のような方法があるとされています。

1. 脱衣所、浴室、トイレを温める。
2. お風呂のお湯は 41℃以下、入浴時間は 10 分以内を目安。
3. 湯船から急に立ち上がらない。
4. 食後すぐやアルコールが抜けていない状態で入浴をしない。
5. 入浴の前に水分をとる。
6. お風呂に入る際には掛湯をして体を慣らす。
7. 入浴する際には同居している方に声をかけ、早い時間にお風呂に入る。
8. 外出する際には厚着をし、特に首元を露出させない