

<p>No.142</p> <p>2017. 7. 26</p> <p>(平成29年)</p> 	 <p>— 支部だより —</p> <p>あいかわ あつぎ あやせ えびな きよかわ ざま やまと</p>	<p>もくじ</p> <p>1～2…全国安全週間県央地区推進大会</p> <p>3…署からのお知らせ</p> <p>4…新会員のご紹介 県央地域産業保健センター</p> <p>5…KYT講習会</p> <p>6…道通</p> <p>7…健康だより</p> <p>8…ディスカバリーあつぎ 支部からのお知らせ</p>
<p>発行(公社)神奈川労働安全衛生協会厚木支部 編集:広報部会</p>	<p>E-mail : toi_12@roaneikyo.or.jp http://www.roaneikyo.or.jp/shibu/atsugi/index.html</p>	<p>〒243-0014 厚木市旭町 2-2-26 TEL(046)228-6660</p>

「組織で進める安全管理 みんなで取り組む安全活動 未来へつなげよう安全文化」
平成29年度 全国安全週間県央地区推進大会開催

6月5日(月)厚木市文化会館小ホールにおいて労働災害防止4団体共催、厚木労働基準監督署後援のもと、全国安全週間県央地区推進大会が256名の参加を得て盛大に開催されました。

本大会の開催にあたって、先ず労働災害により尊い命を落とされた方々に対して黙祷がささげられ、続いて厚木管内ハイヤータクシー安全協力会長の渡辺様より開会の辞を頂きました。

次に主催者を代表し(公社)神奈川労働安全衛生協会厚木支部長の中山様からは「過去の全



国安全週間スローガンを見ると、昭和の初めころは『家や国のため等』の表

現が見られ、昭和40年頃になると『設備・環境の整備等』が多く出されました。近年では『危険を見つけるや安全職場等』に代わってきました。今年度は『組織で進める安全管理 みんなで取り組む安全活動 未来へつなげよう安全文化』となっており時代の変化とともにスローガンも様変わりして来たように見受けられます。

さて、厚木署管内の労働災害発生状況によると、まず労働災害による死亡者数は、平成28年は4人で前年から2人の増加となっております。休業4日以上の災害については、平成28年は904件で前年から5件減少していますが、依然として災害発生が高止まりしている状況で

す。その要因としては災害防止のノウハウを蓄積した安全担当者の世代交代による安全水準の低下や、経験の少ない労働者への効果的な安全教育が行われていないことが考えられます。是非、会員企業でもそれぞれの業種の性格にあった安全管理活動を推進していただきたいと思えます」と述べられました。

続いて厚木労働基準監督署長の炭竈様からは「昨年は大手広告会社における新入社員の過労

自殺事案について社会的に大きな注目を集めました、働くことにより命を失ったり、健康を損なうようなことは決してあってはなりません。



政府では『1億総活躍社会の実現』に向けた最大のチャレンジとして『働き方改革』を進めており、3月末には働き方改革実行計画がまとめられました。神奈川労働局においても働きすぎ防止及び一般労働条件の確保・改善対策を労働基準行政の重点施策としております。さて、労働災害防止対策についてですが、本年は第12次労働災害防止推進計画の最終年となります。目標の達成は大変厳しい状況と言えますが、死亡災害の撲滅と休業災害の大幅な減少へ向け更なる取組をお願い致します」と力強く述べられました。次に、建設業労働災害防止協会神奈川支部厚木分会長の山本様より大会宣言が読み上

げられ、盛大な拍手で採択されました。

最後に厚木労働基準監督署安全衛生課長の永吉様



より「全国安全週間は昭和3年に初めて実施されて以来、一度の中断もなく続け

られ、本年度で90回目をむかえました」のお言葉の後、安全週間実施要綱と近年における労働災害発生状況の変化等をグラフで示され、第一部が終了致しました。

第二部の特別公演の最初は「世界一精巧で華麗な日本の花火」と題し、(株)ファイアート神奈川取締役会長の和田吉二様からお話を頂きました「花火の事業所は全国に約350社あり北海道から沖縄県まで



点在しており、昔の花火は狼煙(のろし)として使われていました。江戸時代に

楽しむための花火として変化してきました。私の会社も先代が明治40年に始め、火薬取締法の許可を得て現在に至ります。花火の種類は『柳、冠菊、椰子、千輪、菊、小割、型物(ハート・スペード等)、蜂、牡丹』等に分けられます。花火の大きさは新潟県(片貝まつり)で打ち上げられる花火の直径・高さ共700mが世界最大となっています。花火製造工程は『薬品の配合、星作り、組立、玉貼り、乾燥』となります。花火の打ち上げ方法が、過去は打ち上げ筒に直接、玉を込めていましたが現在は発射台から離れた位置で着火装置により打ち上げるため花火の事故も大幅に減少しました。また、花火の大きさに打ち上げ場所から観客席のレイアウトに配慮し安全距離を確保するとともに、風速10mを超えた場合は花火が中止となります」のお話の後に第70回

あつぎ鮎祭り大花火大会の動画(スターマイン)を見せていただき感動のうちに講演が終了しました。

特別講演の最後は「多店舗展開する飲食店の労災対策～耐滑性ワークシューズの運用施策～」と題し(株)あきんどスシロー総務部労務監察課長の島田太郎様からお話をいただきました「創業は1984年6月で、すし職人が作った会社です。企業理念は『うまいすしを、腹一杯。うまいすしで、心も一杯』となっています。回転すしは予測ビジネスのため総合管理システムによるデータを分析し商品をお客様に提供しています。労働災害も全国463店舗約4万人のデータを分析し労働災害防止に役立っています。災害では切傷災害が1番多く発生し2番目に転倒災害となっています。転倒災害は切傷災害に比べ骨折や重度捻挫などを起こすケースが多いため転倒災害の対策を進めることにしました。その中で効果が高かったのが耐滑性ワークシューズでした。当初適した市販品がなかったため『滑らない、食品衛生が守れる、立ち仕事が楽にできる』を目的に独自シューズを開発しました。導入後、件数・休業日数は減少しましたが1年で底打ちし反転傾向が出たため問題点を整理し『トゥ・スプリング(つま先を上げる)、浸水排除、耐油性・耐久性、スリップサイン』等の



改良を加え改善しました。中でも靴底のスリップサインで交換時期を明確にした

ことで、靴底の摩耗により滑る転倒が激減しました。今回のワークシューズの改善により、転倒しても骨折や重度捻挫はほとんど発生しなくなりました。今後も安全で安心して働ける職場環境を構築していきます」と締めくくっていただきました。皆さんの職場でも今回の事例を参考に安全衛生水準の向上をお願いしたいと思います。

最後に陸運労災防止協会神奈川県支部厚木分会長の大家様より閉会の辞を頂き無事大会が終了致しました。

(トピー工業(株)綾瀬製造所 佐川 文夫 記)

署からのお知らせ

STOP！熱中症 クールワークキャンペーン

—職場における熱中症死亡ゼロを目指して—

厚生労働省では、労働災害防止団体との連携の下、職場における熱中症の予防のため「STOP！熱中症 クールワークキャンペーン」を展開し、重点的な取組を進めています。

各事業場においては、事業者、労働者が協力して、熱中症防止への取組を進めましょう！

・職場における熱中症による死傷者数（休業4日以上）は、平成22年以降毎年400人を超えています。
 ・気象庁が発表している夏の平均気温偏差との関係を見ると、平均気温偏差の大きかった年（例年よりも暑かった年）には、熱中症が多く発生しています。

・暑さに対応するための対策が不十分であることをあらわしています。

暑さ対策を徹底

しましょう！

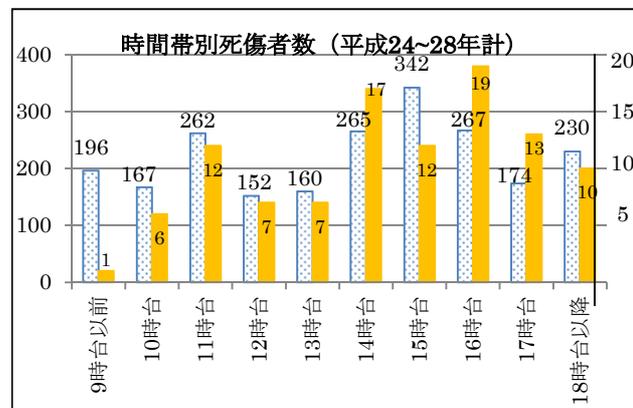
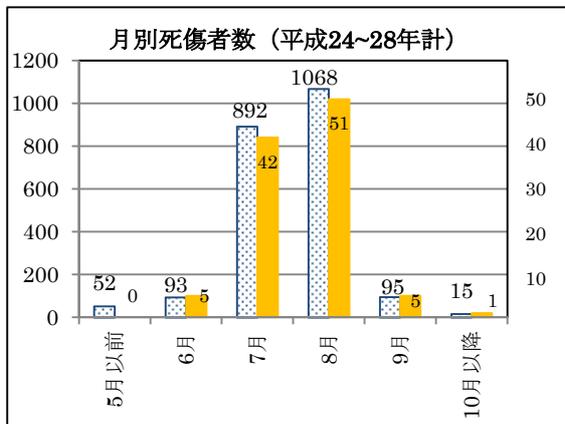
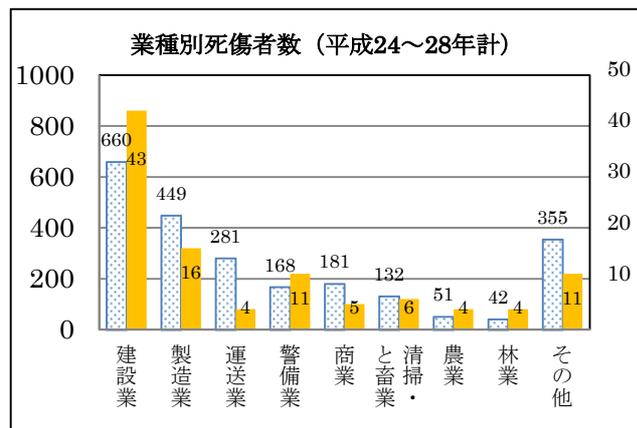
- ◆ 暑さ指数の測定
- ◆ 管理体制の確立
- ◆ 作業環境管理
- ◆ 作業管理
- ◆ 健康管理
- ◆ 安全衛生教育

—職場における熱中症の最近の発生状況—

過去5年間の職場における熱中症の発生状況は次のとおりとなっています。

■ 疾病者数（左目盛り 単位：人）
 ■ 死亡者数（右目盛り 単位：人）
 平成28年は速報値

- 業種別
 建設業が最も多く、次いで製造業で多くなっています。これらで全体の半数を占めています。
- 月別
 月別では、7月、8月が多く発生しています。熱に慣れるまでの間は、こまめな休憩が必要です。
- 時間帯別
 時間帯別では、14時から16時台に多く発生しています。また、日中の作業終了後に帰宅してから体調が悪化するケースも散見されます。異常を感じたらすぐに病院へ連れていくか、救急隊を要請しましょう。



また、職場における熱中症は、年齢を問わず発生しています。若くてもきちんとした対策が必要です。キャンペーンの詳細については、下記URLをご覧ください。

<http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000116133.html>

新会員のご紹介

当支部には様々な業種の事業所が加入されており、それぞれ特色ある企業活動をされています。平成29年度定期総会でご紹介しました通り、8事業所に入会いただきました。(順不同)

- ・ダイドービバレッジサービス(株)厚木営業所
- ・神奈川中央交通東(株)厚木北営業所
- ・(株)ファーイースト
- ・パーカーS・N工業(株)
- ・神奈川中央交通(株)綾瀬営業所
- ・佐久間工藝
- ・メルクパフォーマンスマテリアルズ(株)厚木営業所
- ・(一財) あんしん財団 神奈川支局

県央地域産業保健センターからのお知らせ

私たちは、ワンストップサービスによる「産業保健スタッフの活動へのサポート」や「小規模事業場の事業者やそこで働く人への産業保健サービス」を通じて、全ての人が健康で元気に働けることを目指しています。皆様のご利用をお待ちしております。

県央地域産業保健センター

＜小規模事業場向けサービスの内容＞

～地域産業保健事業～

地域産業保健センターでは、労働者数 50 人未満の小規模事業場の事業者やそこで働く人を対象として、労働安全衛生法で定められた保健指導などの産業保健サービスを無料で提供しています。ぜひ、ご活用ください。

支援は全て無料です！

- 労働者の健康管理（メンタルヘルスを含む）に係る相談
- 健康診断の結果についての医師からの意見聴取
- 長時間労働者及びストレスチェックに係る高ストレス者に対する面接指導
- 個別訪問による産業保健指導の実施

詳しくは、ホームページをご覧ください (<http://www.kanagawas.johas.go.jp/>) **神奈川産保**で検索

県央地域産業保健センター
〒243-0018 厚木市中町 1-8-24
リバーサイドビル 602 号
Tel 046-223-8072 fax 046-223-8072

神奈川産業保健総合支援センター
〒221-0835 横浜市神奈川区鶴屋町 3-29-1
第 6 安田ビル 3 階
Tel 045-410-1160 fax 045-410-1161

独立行政法人
労働者健康安全機構





平成29年度 危険予知訓練(KYT)階層別講習会

～ 管理・監督者層向け ～

GCPジャパン株式会社
寺田 芳枝

開催日時： 平成29年5月18日 9:30～16:30
開催地： 市民交流プラザアミュ厚木5F
受講者： 7名
講師： officeゼロ 代表 菊地 幸雄 氏
目的： 災害ゼロの職場づくりのため作業者の不安全行動に対する
気付き（予知）を促す技法を実技、KYTミーティングを通して学ぶ。

「ゼロ災でいこう、ヨシ！」の指差し唱和よりスタートし「不安全行動はなぜ起こる？」の講義に続いた。リスクアセスメントは監督者側からの安全管理（機械、設備、環境、教育指導など）である一方、KYTは作業者自身が直面する、あるいは直面するかもしれない危険への気付き自覚と対策が原点となるとの説明を受けた。また監督者側からの安全管理で、がんじがらめのルール作りや不安全行動への罰則でゼロ災を目指すのではなく、作業の最前線にいる作業者が自らの不安全行動に気付き、自らが対策を考え実行させるという安全先取りの手法であることを学んだ。

◆体験学習 - 「危険」のとらえ方と表現の仕方 - 4R法

第1ラウンド、2、3人の小チームに分かれ、リーダーがイラストに描かれた状況を読み上げる。自分がイラスト中の作業をしているとイメージし、危険因子をあげ「不安全行動」+「不安全状態」→「現象」にまとめ上げる。第2ラウンドで最重要危険ポイントを決定。第3ラウンドでは最重要危険ポイントの実行可能な対策を決定。第4ラウンドでは重点実施項目を決定し、チームの行動目標を定める。

第1ラウンド、具体的な行動、状況、現象を簡潔に表現することさえバラバラの状態です感うばかり。補足指導を受け、昼休みをはさんで再開する。各チーム何とかまとめのコツをつかめたよう。第2、3ラウンド、チーム内の意見は比較的すんなり一致した模様。第4ラウンド、簡潔で効果的な指差し唱和と表現に四苦八苦。リーダーは自由に意見を出せる雰囲気づくり、抽象的な表現を具体的な表現に導く、時には軌道修正、メンバー意見の本質を見極める、問いかけしてさらに本音を引き出す等などの技量が必要である。その後4R法より短時間でできるワンポイントKYTを学習。

◆体験学習 - 適切指示即時KYT

一つの作業を指示するにあたり、KYT手法を使い作業にひそむ危険を気付かせ、安全を先取りした行動を導きだす。適切に指示を出し、正しく理解されているか確認のため復唱させることも大事。訓練シナリオを読み合わせてその要領を学んだ。

◆最後に体験学習を通じて

講習会の要所要所で行った「ゼロ災でいこう、ヨシ！」の指差し唱和で頭の中にしみ込んだ感じがした。各セッションの後は円陣を組んで参加者のコメント発表し、それに対する菊地講師の適切な追加コメントで漠然としていた頭の中が整理されていった。またタッチアンドコールすることで、より連帯感が強まり、チームワーク作りに効果的であると思った。潜む危険をゼロにすることは難しいが、KYTを活用すれば災害ゼロを十分期待できると感じた。





『私とサウナ』

大和プレス株式会社
田邊 淳一

私のストレス解消法はサウナに入る事です。20歳頃からサウナにハマったのでサウナ歴は約30年です。ひと昔前までは会社のそばにスーパー銭湯があり、平日ほぼ毎日通っていました。そこが廃業したあとは大体週1～2回のペースで家の近所のサウナに通っています。行くタイミングは仕事で気分が



鬱々としたとき。スーパー銭湯に直行です。

まず、ロビーに入り喫煙所に行きます。そしてタバコを吸いながら自分流のサウナの心得を思い返します「12分以上入らない」これだけ。前にサウナ好きが高じて30分以上サウナの中にいたら脱水症状を起こし具合が悪くなった経験があるので「サウナはほどほどに」を教訓としております。一服し終わると入場券を買い、のれんをくぐり更衣室に入り素早くタオル一丁になり体重計にのります。測定し終わったら浴室に入場です。ジェット風呂・檜大浴槽・露天風呂・等々、施設には様々な風呂が用意されていますが、私は脇目も振らずサウナに直行します。

私が通っているサウナの室内は20畳、30人位が入れる程の広さです。扉を開けると大抵4～5人のサウナー（サウナ好きの人）が首をうなだれて入っています。そこに私も仲間入り。室内にある12分時計をチェックし、12分の掟を守り座ります。1～2分したら額に汗が出てきます。ここからが本

番。12分間室温90度の暑さに耐えます。がまんしているうちに、気持ちはサウナの熱気に耐える思いだけに集中し、仕事の雑念など忘れていきます。「暑さに耐える」この一点に精神が統一されていきます。一種の座禅のような気分でしょうか。そして後半、12分時計をチラチラ見ながら、MAXの12分になったらサッと席を立ち、水風呂にドボンと頭までつかります。高温から低温の世界へ。水の温度は15.5度です。水風呂に5分間入ります。5分入ると体は完全に冷え切り、水の冷たさが痛さになっていきます。ここで水風呂を出て体を拭き、またサウナに入ります。これを3回繰り返します。3回目の水風呂



で体が完全に冷え切った後、大浴槽で半身浴します。そこで20分から30分、抜け殻のようにボーッとしています。そしてシャワーを浴びて浴室を出て体重計に乗ります。大体500グラム体重が減っています。(水分が抜けただけですが)そしてロビーに戻り、500ミリのポカリスエットを買って喫煙所に向かい一服します。気分は爽快になっています。



これが私のストレス解消法です。このことを友人に話したら「オマエ、そんな入り方していたら死んじゃうんじゃない?」と言われました。でも私はこのサウナの入り方が好きだ。サウナ歴30年、未だ健在です。



疲れているときこそ「アクティブレスト」

日産自動車健康保険組合
 日産先進技術開発センター地区 健康推進センター
 保健師 牧野春乃

日本で疲労感を自覚している人の割合は約 60% さらにその 6 割が半年以上続く慢性的な疲労感を感じているそうです。
 お仕事をする上で疲労はつきものですが、疲れをうまくコントロールしてパフォーマンスを維持していきたいですね。
 今回はそんな働く皆様へ疲労回復方法についてお伝えします。

<最新！疲労回復方法 アクティブレストとは>

疲れをとると聞くと＝体を休ませることが思い浮かぶかと思いますが、最近注目されているのが「アクティブレスト」です。
 このアクティブレストは積極的に体を動かすこと、つまり運動で疲れを取るという手法なのです。

- 1) パッシブレスト（消極的疲労回復） 睡眠や入浴、マッサージ、栄養補給などで疲れをとる方法
- 2) アクティブレスト（積極的疲労回復） 軽い運動、ウォーキング、ストレッチなどで疲れをとる方法

<アクティブレストの狙い>

アクティブレストの狙いは、全身の血行をよくすることと筋肉のケアです。
 軽めの有酸素運動を行うことで循環器・呼吸器系を活発にし、疲労回復を早めることができると言われています。（図 1）
 さらに心理的な効果もあり、身体を動かし「仕事から離れている」と感じることで、日々の仕事のストレスから回復できます。
 仕事のことを考えていると深い睡眠時間が減少するというデータもあります。（図 2）
 仕事の合間にも歩いたり、ストレッチをしたりと身体を動かすことで、血流を良くし疲労回復につながると共に、ストレスを軽減することができます。

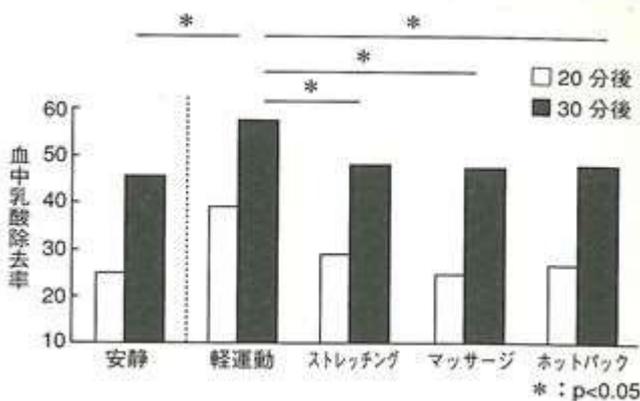
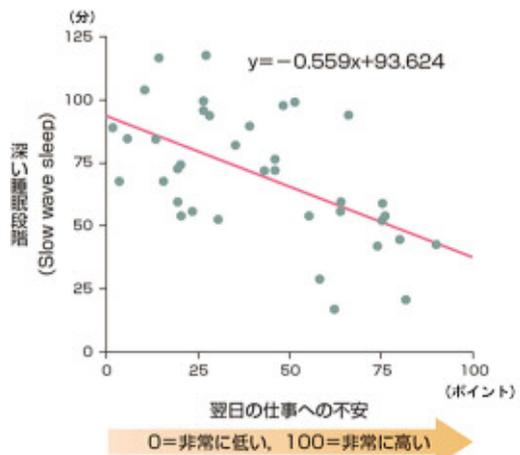


図 1：血中乳酸（疲労物質）除去率



Kecklund G, et al. Biol Psychol. 66(2), 2004, 169-76.

図 2：仕事への不安感が深い睡眠時間に与える影響

* : p < 0.05 は有意差です。（明らかに差がある）
 安静にしている時と軽運動をする時では有意差がある（＝明らかに運動した時の方が疲労除去率が高い）という事が示されています。

疲れているときこそ、アクティブレスト！ 適度に身体を動かして、疲れを取り除きましょう。



オークラフロンティアホテル海老名

今回のディスカバリーは、厚木支部会員事業所をご紹介します。

海老名駅より徒歩5分。賑やかなショッピングモールを抜けた場所に日本庭園があるのをご存知ですか。オークラフロンティアホテル海老名の日本料理「四季」の庭園です。



約500㎡（約150坪）の広さを誇り、ホテル開業以来多くのお客様に愛されてまいりました。2017年春にリニューアル。開業以来初の大規模な改修となり、どのようになるのかと楽しみにしていましたが、約2ヶ月に渡る改修期間を経て、より和の趣を感じられる庭園へと生まれ変わりました。もう、以前が

どのような風景だったのか思い出すことすらできません。

“時がゆったりと流れ四季折々の情緒を楽しむ山桜の庭”をコンセプトに造られた日本庭園は、開業当初より高くそびえる山桜を背景に、ツツジ、紫陽花、紅葉、椿など、1年を通して異なる景観を楽しめるのが魅力。その草木に誘われて遊びにくる鳥たちも日々違う顔を見せて楽しませてくれ

支部からのお知らせ

今後の支部行事予定

- 9月 6日（水）全国労働衛生週間県央地区推進大会
- 9月14日（木）災害事例研修会（転倒災害）
- 9月19日（火）・20日（水）衛生管理者受験準備講習会
- 9月20日（水）労務管理講座

※インターネットによる講習会の申込みについて

受付は講習会開催月の2か月前の20日からでしたが3か月前の20日よりお申込みが可能になりました。

※夏季休暇のお知らせ

8月14日（月）～8月18日（金）まで 8月21日（月）より通常業務

ます。

そして何よりも見応えがあるのは、美しい砂紋を描いた枯山水。学生のころに修学旅行先で見たときは何がいいのかさっぱり理解できなかったのですが、落ち着いた静寂の美を移す眺めは、ゆっ



たりとした時の流れを感じることができ、時間を忘れてしまうほど。

そんな日本庭園を眺めな

がら日本料理「四季」で、お食事を楽しんでいただくことができます。料理長・和田が四季折々の厳選された旬の素材にこだわり、真心込めたお料理を皆様にお届けしております。日本の食文化と和食の伝統を気軽に味わうことができるのも自慢です。

日本庭園は従業員にお声かけいただければ、いつでも見ることができます。まずはお天気の良い日に、癒しのひと時を感じにいらしてみませんか。

（オークラフロンティアホテル海老名

氏家 宣子 記）