



## 10月の歳時記(神無月/October)

出雲に神様全員集合！出雲は神有月。

★ 毎日に秋が深まっていきます。

さわやかに澄み切った空と、心地よい風が吹く過ごしやすい季節。草木に冷たい露が落ち霜にかわって、山では紅葉のシーズン。

※馬肥ゆる秋: 中国北方騎馬民族の匈奴が、冬場食料がない為、秋迄に馬を肥えさせ、収穫期の農民を襲った事で、農民が匈奴を恐れる気持ちから生れた。

★ 食欲の秋を満喫、皆で楽しく語り合いながら少量多品種！

食べる順番に注意！ よく噛むこと！

①食物繊維の多く含む野菜(キノコ)などから

②タンパク質の摂取(肉や魚)

③炭水化物は控える。アルコールも控えめに！



★ こよみ: 十五夜(4)、寒露(8)、健康強調月間、目の愛護デー・体育の日(10)、霜降(23)、読書週間(27~11/9)

### 1 全国労働衛生週間(10/1~7)

スローガン **働き方改革で見直そう みんなが輝く 健康職場**

**働く人の健康の確保・増進を図り、快適に働くことができる職場づくりに取り組む週間です。**

重点活動: ①治療と仕事の両立 ②化学物質による健康障害の防止 ③過労死・メンタルヘルス対策の推進等

★平成28年度業務上疾病発生状況 ⇒昭和45年3万人以降減少、平成9年以降8~7千人で推移。

全産業/7,361人(千人率0.1)⇒①保健衛生業1,718人(23%) ②製造業1,412人(19%) ③商業金融1,220人(17%)

疾病別: ①負傷に起因(全産業5,598/製造業927)/腰痛(4,722/714) ②異常温度(650/184)/熱中症(462/97)

③化学物質(213/95) ⑤手指腕症候群(153/58) ⑧過重業務脳・心疾患(65/10)

⑩精神障害(41(死12)/10(6))

定期健診: 受診者・全国13,650千人/茨城275千人⇒有所見者・全国7,340人(53.8%)/茨城154千人(55.9%)

製造業・受診者4,300千人/有所見者154千人(52.2%)

所見: ①血中脂質(32.2%) ②血圧(15.4%増加) ③肝機能(15%) ④血糖(11%増加) ⑤心電図(9.9%微増)

生活習慣病から⇒『健康寿命をのばそう！』⇒《適度な運動》《食生活の改善》《禁煙》励行！



### 2 安全管理のポイント

(1)通勤時の交通事故防止 **最近多発傾向につき注意喚起！**

通勤時交通事故の割合は約27%(28年度)を占め、ほぼ4件に1件は通勤時に発生。

出勤時は【正面衝突・追突・出会頭】、退勤時は【追突・歩行者・右左折】、致死率は【退勤時】に多い。

事故防止のポイント: 出勤時は時間に余裕を持って、退勤時は緊張感を持って運転する事。



(2)事故災害が起こりやすい状態 **以下状況を認識し十分な注意を要する！**



①作業が切迫しているとき …作業を急ぐとき、非常時や緊急時など

②作業が単純すぎるとき …同じ動作を反復・繰り返しているとき

③作業が複雑すぎるとき …本人の作業能力を超えて複雑な手順だったりするとき

④作業場の雰囲気やルーズなとき …作業指示や処理の仕方が都度違っているとき

⑤邪魔が入ったとき …手順通り作業しているときに別の用事を言いつけられたとき

⑥平常の時と状況が変わったとき…工程を変更するよう急に指示されたとき

⑦状態が曖昧なとき …対象の物が不明確、作業指示や合図が不明確・不明瞭の時

### 3 事故災害事例

**物損事故・ヒヤリ事象が増加傾向、行動前に一息・KYの励行！**

微傷災害/焼成直後のパンを冷却トレイに移動中、左前腕露出部(7分袖)が180℃鉄板に接触火傷。(♀24歳 8/1 16:30)

不休災害/液加装置廃液漏れ点検中、PPチューブ劣化破断部から噴出したTHFが左目に被液、効ななし(♀39歳 9/12 11:00)

不休災害/接着剤原料仕込作業によるカブレ(薬傷)、保護具浸透?入社6ヶ月自覚症状も報告遅れ(♂43歳 9/13)

横展開/フォークリフト後方確認⇒後方走行時は、ヘッドガード柱(警笛SW)をつかむ際、指差呼称を兼ねて行う。



**守ってますか? 安全ルール!**

見直そう 生活習慣 自分の体



**ご安全に!**