

安全と環境を考えるニシオの広報誌

安全くん

2005

Vol-4

76



それ行け!! 安全くん

「心のゆとりは無事故の極意」の巻

- 解説コーナー
「夏の“運転”の注意事項」
「だから作業計画と明確な指示が必要なんです!」
「熱中症とクーラー病にご注意!」
- 世の中 見たトコ勝負 VOL.16
「『三種の神器』いま・むかし」
- **NISHIO TOPICS**
ニシオレントオールマレーシアがISO9001を取得!
- お知らせ・情報コーナー
「建築物の解体等の作業における石綿対策について〈石綿障害予防規則の概要〉」

表紙写真：
龍安寺 石庭
(京都府)

インターネットホームページ
「安全くんネット」もご覧ください。

<http://www.anzenkun.nishio-rent.co.jp/>

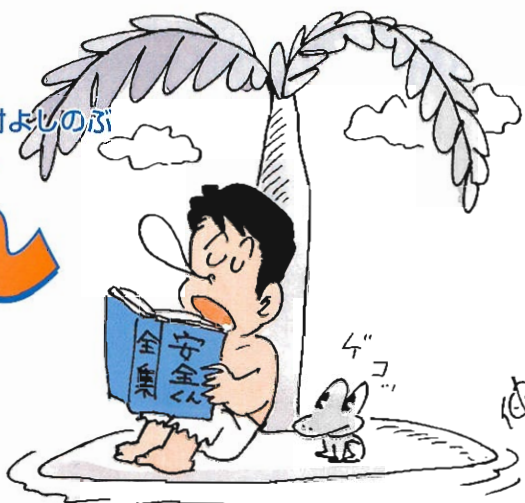
〈この広報誌は、再生紙を使用しています。〉

それ、行け!! 安全くん

画 中村よしのぶ

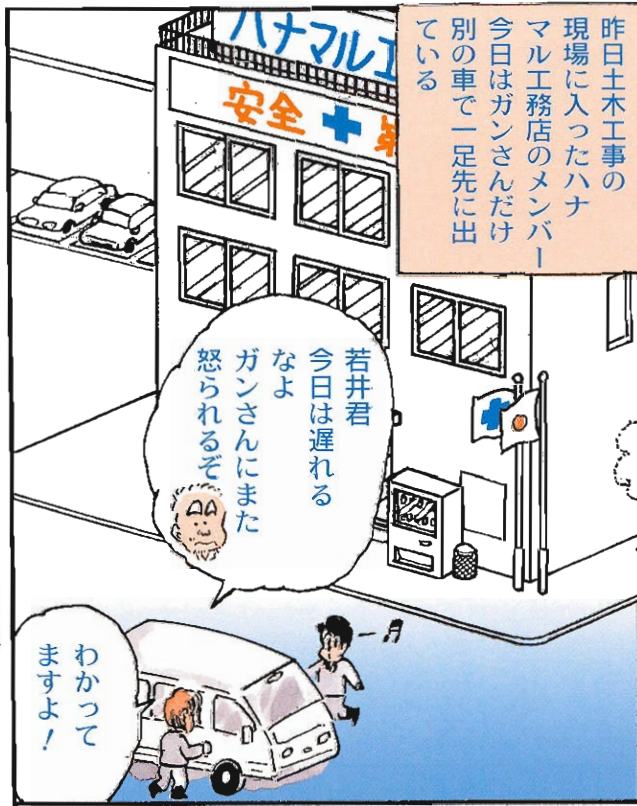
連載 その76

「心のゆとりは 無事故の極意」の巻



Info
motion

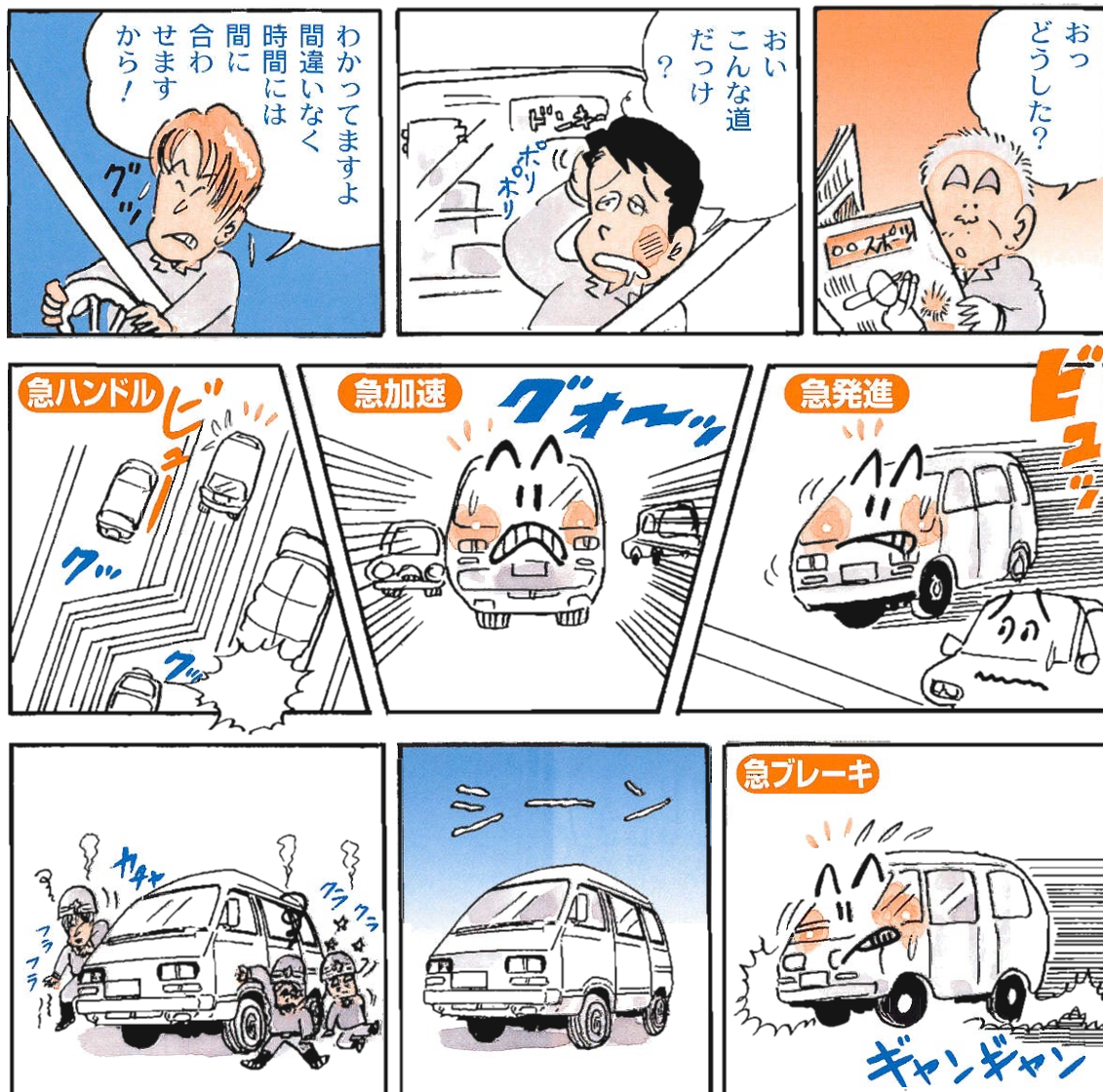
表紙の写真



しばらく走ると居眠り
を始める安全くん古川さんは
スポーツ新聞を読み始める



世界文化遺産(日本編) 第7回 龍安寺石庭
1994年12月に古都京都の文化財として登録された17の社寺・城郭の一つ。方丈南側の枯山水庭園が石庭として名高い。三方を土塀
で囲み、東西30m、南北10m余の長方形の白砂の庭に15個の石を5・2・3・2・3に配置したもので、虎の子渡しの名で知られています。



解説 コーナー 夏の“運転”の注意事項

建設業の労働災害の中でも「自動車事故」は上位に位置しています。平成16年の労災事故の統計を見ますと、死亡災害及び休業4日以上重大災害のうち交通事故（道路）では、684件を数えています。

これには、道路上での工事中に通行車輛が飛び込んでくる「もらい事故」も含まれていますが、大部分が通勤・移動時の自動車事故が多いようです。真夏を迎え、さらに運転事情も悪くなるので十分な注意が必要です。

■夏の道路事情は厳しい

きびしい暑さに加えて、夏休みに入った子供たちへの注意、急な夕立、台風・大雨などへの対応、さらに夏の行楽やお盆の帰省ラッシュなど、交通事情も悪くなる季節です。ふだんにもまして、安全への心がけが必要です。大雨への対策として、タイヤゴムの減り具合やワイパーのチェック、ウォッシャー液の充填などをお願いします。

■強い陽ざしにご用心ください

高温のため、スプレー缶や炭酸飲料の缶、ライターなどが破裂・発火したり、メガネレンズが破損することもあります。（弁当も注意を要します！）また、熱く灼けた車体やシート、ハンドルなどにふれて、火傷することもあります。さらに、ウインドウガラスに取りつけたアクセサリーの吸盤が、レンズの役目をして自然発火することがあります。不要なアクセサリーは、はすすようにしましょう。

駐車時に日陰であっても時間が経過すると日光にあたることも忘れずに！

■電装品の使いすぎに注意しましょう

電装品の使いすぎは、バッテリー上がりの原因になります。特に、渋滞でノロノロ運転がつづくときなど、バッテリーの消耗がはげしくなりますので、注意しましょう。



解説コーナー

だから作業計画と明確な指示が必要なんです!

制限速度や積載荷重、ルール・手順を守れないメンバーにどのようにしてきちんと守らせるか……。

「無理なことはするな、危険なことはするな、安全に注意しろ!」と、この程度の一般論は誰でも言えることですが、予定外の作業が入ったり、具体的なデータを知らせずに仕事をさせたり、また手順を決めずに任せると、つい「制限」や「ルール」を度外視して自分勝手な判断や思惑で（ややもすると楽なほうに逃げて）作業を進めてしまいがちに。

しかし、予め様々な状況を想定して無理のない計画や手順を決めておくと、自分の判断で無茶なことをする、というようなことが押さえられます。

ルールを守らせるのも大事ですが、それよりも作業内容、現場の状況に即した無理のない安全な方法で策定した作業計画・作業手順を徹底し、それに沿って仕事をさせるようにしてください。

そして、想定外の事態が発生したら、感情的にならず一旦作業を休止し再度問題点の検討と対策を練り直すくらいの「勇気」が必要です。共同作業の場合は、必ずそれぞれの意見も聞き、意識を同じレベルへ持ってってください。とにかく、あいまいな指示や細かい指示の無いままに作業を継続させることがないようにしてください。



ガンさんのワンポイントレッスン

『建設現場における「グーパー運動」とは?』

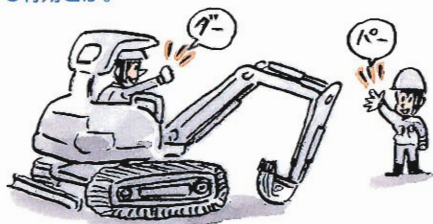
危険が多い重機の周辺では、近くにいる作業員が移動する際、重機オペレータに手で「パー」を出します。それを確認したら運転手は「グー」で返事をします。これにより、重機の旋回半径内で行動する際の安全を確保できるわけです。喧騒な現場で作業員とオペレータの双方で意思を伝達・確認しあえる方法として使われています。



健康にもよいグーパー運動!?

実は、一般的な「グーパー運動」とは、健康維持のためのものとして有名で、両手を前に突き出してグーパーを行うことで握力の低下防止や血液の循環にもよく、ボケの防止にもなるとか。

また、足の指でのグーパー運動は外反母趾の防止や足裏の疲れなどにも有効とか。



いずれにしても、グーパー運動は良いこと。朝の時間、健康と安全のためにみんなでグーパー運動をしてみてはいかがでしょうか? 安全くん、くれぐれもチョコキは出さないように!





解説 コーナー

熱中症とクーラー病にご注意!

皆さんからのおハガキにも屋外作業での「熱中症」と事務所内での「クーラー病」について数多くのご意見を頂戴しました。そして、温度差についても事務員さんと作業者の間で大きな問題になっていきます。

●熱中症とは?

「暑さ・熱さ」によって引き起こされる体の不調の総称で、レベルの差がありますが、体温調節や循環機能の働きに障害が起こります。

●熱中症の症状とは?

- 日射病…炎天下で長時間作業していたときなどに、めまいがしたり目の前が暗くなったりする。
- 熱けいれん…たくさん汗をかくと、水分と塩分が失われるが、水分のみを摂取すると、手足の筋肉や腹筋がけいれんする。
- 熱疲労…高温下の運動で大量に汗をかいたのに水分補給をしなかった場合に起こる脱水症。めまい・疲労感・虚脱感・頭痛・失神などが見られ、熱射病に移行する前段階。
- 熱射病…熱疲労がひどくなると発汗が止まり、熱が内にもこもって体温が上昇する。体温調節中枢に障害が起きて、ひどいときは多臓器不全を引き起こし、死亡する危険性が高くなる。

●熱中症の予防法

- 1) 日よけや風通しをよくするための設備を作る。
- 2) 日陰などの涼しい場所に休憩場所を確保し、十分に休憩時間をとる。

- 3) 水分や塩分の補給のためのスポーツドリンクや、体の温度を冷やすことのできる氷や冷たいおしぼりなどの物品を備え付ける。

- 4) 作業服・下着は吸湿性と通気性のいいものに。

●クーラー病とは?

長時間クーラーのかかった部屋にいたり、クーラーのきいた部屋と暑い室外を往復することで自律神経のバランスが崩れ、血液の流れやホルモンバランスの異常をきたす病気です。

●クーラー病の症状とは?

足腰の冷え、肩こり、頭痛、手足の疲労感、神経痛、食欲不振、生理不順などで、夏バテの原因にもなります。

●クーラー病の予防法

人間の体が対応できる温度差は5度以内ですので、理想は、クーラーを使用する部屋と外気温の差も5度以内に…。とはいえ、真夏にはこの設定はなかなか難しいものです。そこで、…

- 1) クーラーの風に直接当たらないようにする。
- 2) できるだけ24度以下の設定にしない。
- 3) 冷気は、イスの下に流れてくるので、ひざ掛け等を利用する。
- 4) クーラーのきいた車で長時間座っていると、特に血の巡りが悪くなるので、屈伸やマッサージなどの軽い運動をする。
- 5) 帰宅後は、血行をよくするため、お風呂は少しぬるめ(37～38度)にし、半身浴でゆっくりつかる。入浴前には水分補給も忘れずに。



SAFETY CHECK セーフティチェック

屋外型と屋内型は何故使い分ける? ~コードリールの安全~

建設現場で使用されているコードリールには、屋内型と屋外型があります。屋外の使用では、天候により雨水等が本体にかかることが考えられるので、感電事故防止の観点より、耐候性や防雨性を持った屋外型を使用することが必要です。

□ 屋外型の構造

屋外型のコードリールは、通常の使用状態において、通電部を水や湿気の影響を受けないように、コンセントの防雨カバー、漏電遮断器の取り付け及び内部結線をモールド又は密閉した構造となっています。また、負荷側の電動工具も防雨型プラグを使用しないと、接続部より水が浸入しますので、防水性能を保つことができず感電する恐れがあるので注意しましょう。

□ 点検のポイント

始業前点検を行いましょう。

①コンセント口、プラグに欠落、欠け、割れ、陥没がないか、②電線に傷、ひび割れ、影れがないことを確認すること。使用前には、漏電遮断器のテストボタンを押して漏電遮断器が正常に作動することも忘れずに。電源プラグの抜き差しはプラグを持って。コードを引っ張って抜くようなことは避けてください。また濡れた手での抜き差しは感電の原因ですから、やめましょう。



でも通り過ぎることはできたんでしょ？
現場に遅れるのり……

そんなに時間がかかることでもないしみんなが協力してくれたしなんととっても地元なんだからね

バカ
お前らは何を考えているんだほんとに心のゆとりのないヤツらだ

ゆとりは大事じゃぞ昔から「急いでは事を仕損じる」と言うじやろ

そうそうハンドルもブレーキも「遊び」がないと危ないこの遊びがゆとりっていうもんだ

遊びがゆとりか……ボクの場合にはゆとりにあふれているなあ

じゃ帰りは安田さんがゆとりの運転をしてくださいよ

えつば、ぼくが……クーラーの効いた車で居眠りするのが最大のゆとりなのに……

安全くんの平常心は半分以上眠っている状態そんな運転では安心して乗れないわい

居眠りしたら頭の上からたっぷり水分を補給してやるからな

水攻めはご勘弁を

とにかくだな今日も気温が上がりそうだから熱中症に要注意だ！

若井に安田は頭をしつかり冷やして落ち着いて仕事をしてくれ