危険予知　思い立ったら即行動
日本ステージ安全衛生向上委員会
2024.7月号 No.275

SAFETY News

令和6年度 安全大会

6月19日(水)安全衛生向上委員会大阪が主催の令和6年度安全大会を開催いたしました。協力会社様、大阪社員と多くの方々にご参加いただきました。開会宣言後、弊社会長からの挨拶があり安全大会は始まりました。前半の部のメインプログラムは講師を招いた『メンタルヘルスケア』です。中央労働災害防止協会、大阪労働衛生総合センター平岡正弘 様をお招きし、まずはじめに社会問題となっている『職場におけるハラスメント』についてしっかり知識を深めました。加害者にも被害者にもなり得る現代で、意識しておきたい言葉や行動のボーダーラインなどをしっかり学ぶことができました。また『自分の健康は自分で守る』というタイトルの場面では、心も体もストレスを溜めこまない方法を個々で考え、今後実践できるストレス発散法を決めたり、その場でストレッチングを行い、座りっぱなしの体をほぐしたりと参加型のとても身になる講習をしていただきました。厚生労働省がまとめているメンタルヘルスについてのサイトも教えていただきました。▶▶▶▶▶▶▶▶▶▶▶▶▶

厚生労働省　メンタルヘルス

『明るい職場応援団』『こころの耳』
『多様な働き方の実現応援』で検索！

10月10日は『世界メンタルヘルスデー』
＊NGOの世界精神保健連盟(WFMH)は1992年にメンタルヘルス問題に関する世間の意識を高め、ネガティブなステレオタイプ化に反論し、人々に体験発表の場を与えることを目的として、10月10日を「世界メンタルヘルスデー」と定め、世界保健機関(WHO)も賛同し、正式に国際デー(記念日)と認められる。

後半の部は『大阪の安全成績及び事故災害事例報告』を今年も設計・安全監理課の木村さんに担当してもらい発表しました。事故の件数としては前年度と比較して減ったわけではありませんが、この半年間は人身事故が０(ゼロ)で継続されていること。反対に大型車両による事故が増えてしまっている現状を協力会社の方たちにもしっかり共有し、安全対策の方法や「2024年問題」についてはディスカッション形式で協力会社の方々にもご発言いただき、他社の取り組みを知ることができる充実した時間となりました。今後、大型の野外現場も増えていきます。夏の繁忙期を『無事故、無災害』で終えれるようこの安全大会が安全意識を高める場となっていれば幸いです。

ご参加いただきました皆様、ありがとうございました。
ご安全に！ご健康に！

今年の夏も記録的な暑さとなります！夏バテ・熱中症対策は万全に！

今年は梅雨入りが大幅に遅れました。そのような年の夏は例年以上の猛暑日になると予想されています。昨年も記録的な暑さだったのですが、それを上回る40度近い危険な暑さを伴う夏がやってきます。日々の生活を規則正しくすることで夏バテ、熱中症を防ぐことができます！参考にしてみてください。

- ○**冷房で身体を冷やさない**：室内外の温度差は自律神経を乱します。
- ○**入浴時は湯船に浸かる**：眠るために最適な体温変化を促すことができます。
- ○**睡眠をしっかりとる**：自律神経の働きを整え、疲労を溜めないためです。
- ○**適度な運動を心がける**：体力向上、自律神経の調整、睡眠の質の向上などが期待されます。
- ○**こまめに水分を補給する**：特に朝、補給しておくと熱中症予防にも効果的です。
- ○**栄養バランスの良い食事を心がける**：疲れにくい体づくり、疲労回復を促すためです。

普通救命講習会

告知

開催日　：令和6年7月9日（火）
教育時間：午後3時より（2時間）
場所　　：東大阪事業所3階会議室
講師　　：東大阪市消防局　西消防署職員
付加講習：東大阪事業所　屋内消火設備
（1号消火栓）等の取扱い講習
主催　　：安全衛生向上委員会