



温故知新



【暑さに負けない体力づくり】

日本には四季があり、毎年夏が来ることは日本中どこにいても避けられません。その為、元気よく、夏を過ごせるように、暑くなる前から準備をしておくといいでしょう。5月の大型連休が明けた頃から、暑い日と寒い日を繰り返し、梅雨が来て、夏になります。

この5月・6月の急に暑くなった時が要注意です。

この時期は湿度も高く、暑さに体が慣れていないので、熱中症になる危険性が高まります。

★強い身体を作りましょう

1週間のうち3～4日。ご自分の体調が良い時に、まずは30分程度のウォーキングをしましょう。もちろん、この際、水分・塩分補給を忘れず！！



そして、軽く汗ばむ位の運動をした後に、牛乳などのタンパク質と糖分を含んだ飲料を飲むと、夏に強い身体が作られていきます。

1週間後にはだいぶ体が暑さに慣れていきますが、これでやめてしまうとまた元に戻ってしまうので、できれば暑くなるまで続けてください。

熱中症は7・8月に多く発生し、時間帯は午後2時から5時の間の発生が多いです。しかし、急に暑くなったりする5月の連休明け頃の熱中症も決して少なくありません！！梅雨の時期など、比較的涼しいと感じる20度くらいの時でも、雨のため湿度が80%以上あるときは汗が出にくくなり、熱中症になる恐れもあります。

疲労などで免疫機能が下がり熱中症を引き起こす場合もありますので、バランスのとれた食事と休息、睡眠をとりこれからの暑さに負けない体力づくりをしましょう。

【今号の主な内容】

- P① 体力づくり
- P② パトロール
- P③ ことわざ
- P④ 連絡帳



発行

野田工業 株式会社
東京都中央区銀座6-6-19
花菱ビル5F
TEL : 03-3572-1866
FAX : 03-3575-0420



(有)小林断熱 職長 古川康二

安全パトロール

平成二十六年三月二十日に野田工業(株)研究会のみなさんと安全パトロールを行いました

【現場名】 新エビネスバルビル新築工事

【建築】 大成建設

【設備】 三機工業(株)

【職長】 (有)小林断熱

【保温工事】 野田工業(株)

【PTメンバー】 関口(嘉)・関口(浩)・神尾・中田・深澤・

小川・今井・幸地



ことわざ・格言にならう 安全衛生訓

あちらた

こちら

た

●彼方立てれば此方が立たぬ●

【安全立てれば、仕事も立つ】

「彼方立てれば此方が立たぬ」とは、一方を良いようにすれば、他方が悪くなる。「双方立てれば身が立たぬ」というように、物事は両方しがたいというたとえです。

“安全第一”というけれど、実態は“仕事第一”。安全を立てれば仕事が立たず、仕事を立てれば安全が立たず、両方立てれば、この身が立たぬ、と悩むことが多いようです。

この悩みは管理者も監督者も、第一線の作業者たちも同様で、なかなかスローガン通りに事は運んでくれません。でも、考えてみると、安全管理や活動は仕事の手段であって、目的ではありません。安全か仕事かと分けて考えるのではなく、安全と仕事は同じものだと考えるべきでしょう。

始業前の安全点検をする、整理・整頓をする、安全装置や保護具を使用する、作業標準を守るなども、良い仕事のための手段でしょう。したがって、「安全立てれば仕事も立つ」となり、「彼方立てれば此方が立たぬ」と悩むことはなさそうです。

あつか

りょうか

くちく

●悪貨は良貨を駆逐する●

「職場の悪い習慣は追い出そう」

「悪貨は良貨を駆逐する」とは、イギリスの財政家・グreshamの言葉で「グreshamの法則」ともいわれています。つまり、いま流通している金貨と同じ額で、金の含有が少ない金貨を発行すると悪い金貨だけが流通し、良い金貨はしまい込まれるため姿を見せなくなり、世の中に悪貨がはびこるということです。そこから転じて、悪い遊び人の周りからは良き友は去り、悪い友が集まってくるものだという意味にも使われます。

職場の中の問題として当てはめてみると、ほんの一部の人が安全衛生の決まりを守らなかったり、手抜き作業をしていると、「それなら俺も」と、悪い習慣が職場に広まってしまいます。

「悪の易きや火の原を焼くが如し」といわれるように、見る間に悪い習慣は広まってしまふものです。その結果、安全標準書や保護具がホコリをかぶり、事故や災害が頻発することになります。

安全衛生の良い習慣を守るために、みんなで悪い習慣に手を染めないようにしましょう。

連絡帳



平成26年度 技能検定受験に関するご案内

平成26年度(前期)国家検定熱絶縁施工
(保温保冷工事作業)技能検定受験に関するご案内
【実技試験日】7月15日(火)～18日(金)のいずれか1日に実施予定
【会 場】東京都立中央・城北職業能力開発センター板橋校

今年も、野田工業(株)による実技講習会を行うことになりました。
【日時】第1回 5月25日(日) 第2回 6月8日(日) 第3回 6月22日(日)
【場所】野田工業(株)野田倉庫 千葉県野田市目吹2375番地



職長会のお知らせ

★日時 平成26年5月20日(火)

★時間 18時00分～
(30分前から会場に入れますので早めにお越し下さい。)

★会場 ニュー新橋ビル 地下2階 ニュー新橋ホール