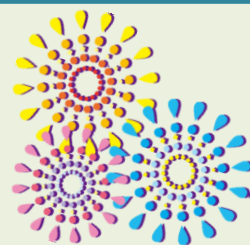




温故知新



平成二十六年 野田工業株式会社安全大会に御出席又ご協力頂き有難うございました。

品川プリンスホテルにて安全大会を開催して今年で六回目になり、毎回、大勢の方々に御参加頂き、皆様のお陰で無事に安全大会が出来ました事を心より感謝申し上げます。

★紙面で写真を沢山載せましたので、職長会にご参加の方以外にも持ち帰って上げて下さい。

昨年よりも、残暑が続いています。秋にかけて熱中症の対策はまだ心がけて下さい。野田工業株職長会として、「ウォーターローディング」の実施を推進して行きたいと思えます。

「ウォーターローディング」

毎日の生活で「のどが渴いた」と思う前から同じ量の水分をとり、常に身体の水分バランスを保ち、体調を維持するための水分補給方法です。

作業時でも作業前に汗で失われる水分をあらかじめ補給し、作業中はもちろん作業後も、意識的・積極的に水分を取ることを「ウォーターローディング」と言います。

【水分補給のポイント】

のどが渇く前から積極的に一定量ずつ水分補給を行うようにしましょう。

朝・0・551ℓ
昼・0・551ℓ
三時 0・551ℓ
と一日 1・55

2 もの水分を日中のうちに摂るように心がけて下さい。

● 作業中に失われる水分をあらかじめ補給することで、発汗効果を高め、作業中の体温上昇を抑える。

●のどが渴いてからでは遅いので、のどが渴く前に意識的に水分を一定量ずつ補給
●冷たい水(5〜13℃)は、胃から腸に送り出すスピードを速めるため、からだへの
吸収が早く、からだの冷却にも効果的。

● 高温多湿の環境では、汗が蒸発しにくく体温が上昇しやすいので、休憩時には筋肉に水をかけて冷やしたり、わきの下や足の付け根を冷やすのも効果的。

● 体重減少を2%以内に抑えるように水分補給する。

● 体重減少分を水分で補う。

● 汗で水分とともに失われた塩分（主にナトリウム）を補給するため、食事を正しくと
り栄養分やエネルギーを補う。

【今号の主な内容】

- P① ウォーターローディング
P② 安全大会
P③ ボーリング大会
P④ 懇親会



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



安全大会・表彰



安全宣言
有限会社

野田
ネツ工業

鈴木
亮介



ダイダン株式会社
安全部 課長
安全部 課長代理
お忙しい中、ご講話いただき、誠にありがとうございました。

塩見公利様
大原建生様

優良会社賞
有限会社 今井板金工業所
代表 今井 孝正



安全衛生協力会 会長賞
有限会社 野田ネツ工業 鈴木亮介

安全衛生協力会 会長賞
宝成断熱 大川亮

安全衛生協力会 会長賞
上原保温 上原卓也（代理伊藤）

ボーリング大会



第1位



ブービー賞



第3位



第2位



懇親会・お楽しみ大会



(株)池上工業所様
 関東ロックウール(株)様
 (株)新建様(五十音順)からご祝儀
 を頂戴致しました事を御礼とご
 報告させていただきます。
 有難うございました。