



温故知新



安全スローガン

まず確認 作業手順と危険予知 ルール守って無災害

今年も無事に1年間無事故無災害で安全大会を迎えることができました。これもひとえに皆様方のご尽力の賜物と深く感謝いたします。

近頃不休災害から休業災害まで、経験年数関係なく、各現場で様々な災害が発生しています。防げない災害はありません。油断や慢心は事故の元です。適切な保護具を正しい使い方で着用し、作業手順書やKY活動などの安全活動の基本を疎かにせず、日々安全第一で現場作業に取り組みましょう！

来年も無事故無災害で安全大会を迎えられるよう引き続きご協力をお願いいたします。



+
安全第一



指差呼称
足元よいか？足元よし！
野田工業(株)

【今号の主な内容】

- P① 安全スローガン
- P② 熱中症になったら
- P③ 脳疲労に要注意
- P④ 作業者の適正配置



発行

野田工業 株式会社
東京都中央区銀座6-6-19
TEL : 03-3572-1866

作業者の 適正配置

「適正配置」とは・・・

作業の量や求められる質に対して、作業員の保有資格・経験・知識・技能・体力に応じて最も適した作業員を配置すること。

⇒ 安全に効率よく作業を進めることができるようになる

考慮すべきポイント

作業特性からとらえた適正配置

作業の種類	形態	通常の慣れた作業か、危険・有害な作業か
	内容	資格が必要な作業か、重労働作業か
		重要な作業か、難しい作業か、高い技術が必要か
作業条件		使用する資材・機材・設備と状態はどうか
		作業時間と作業方法、作業の頻度と継続性
		作業をする時間帯、判断力や注意力が必要か
		他職種との連絡・調整は必要か
作業環境		標準納期か急ぎの作業か、作業期間は長期か短期か
		屋内か屋外か、高所作業か、酸欠作業か
		気温、騒音、周囲の明るさ(採光・照明)は十分か

作業者の特性からとらえた適正配置

作業者の特性	
知識(労働能力)	業務や作業に関する知識や考え方
技能(労働能力)	業務経験から得た技能や教育・訓練により習得した技能
態度(労働能力)	他人の意見を素直に受け入れるか、物ごとに真面目に取り組むか
体力(労働能力)	筋力、作業の持続性や俊敏さ
性格	真面目、せっかち、マイペース、早合点など
健康状態	血圧、持病、寝不足、アレルギー、病弱、腰痛など
意欲	前向き、やる気、集中力
年齢、性別	若年者(年少者)、高齢者、女性
障がいの有無	歩行、視力など

特に重要な適正配置

対象	高齢者作業員	若年作業員	女性作業員
特徴	年齢が高くなると体力や判断力、俊敏性などが衰え、労働災害に遭う危険度が高まる	一般的に経験年数が短く、技能や知識、対応力が未熟	男性と比較して体力がないことや女性特有の体調変化がある
考慮ポイント	高所作業・重量物の取扱い・一人作業・夜間作業の制限	事前説明を入念に行うなるべく熟練者と組んで作業を行う	法令に定められた種々の就業制限の遵守

適正配置通知書の提出を忘れずに！！

適正配置通知書（高血圧・低血圧）					
年 月 日					
株式会社					
作業所名:					
作業所長: 殿					
所在地: 企業名: 代表者名:					
貴作業所の工事を施工するにあたり、下記の者は高血圧者（最高血圧160mmHg以上又は最低血圧100mmHg以上）又は低血圧者（最高血圧100mmHg以下又は最低血圧60mmHg以下）ですが、当社の責任において就業させますので報告いたします。 作業員の作業内容については、医師に十分説明し、判断を仰ぎ決定することとし、予め労働者との話し合いで了承を得るよう努めます。					
記					
氏名	生年月日	年齢(歳)	職種	作業範囲上考慮すべき作業	血圧 高 低

適正配置が必要な作業員が入場する場合は現場に書類を提出する必要があります。

高血圧・低血圧や疾病に該当する作業員

→適正配置通知書

高齢者・年少者・女性→就労報告書

などそれぞれ必要な書類を提出してから現場入場しましょう。

高齢者に該当する年齢や
血圧の基準は現場によって異なります。
入場前に該当者がいないか必ず確認しましょう！

脳疲労になっていませんか？



脳疲労とは、視覚や聴覚などを通して入ってきた大量の情報を脳が処理しきれずに疲れてしまった状態のこと。

脳疲労が続くとうっかりミスが増えたり、パフォーマンスが落ちたりします。

脳疲労はなぜ起こる？

◎マルチタスクの増加◎

同時に進む複数の作業をマルチタスクといいます。人が同時に処理できるタスクの数には限界があります。

仕事で同時に何ヶ所もの現場を請け負ったり、いろいろな作業を同時に進めなければいけないときに脳の処理が追いつかず、脳疲労の原因になります。また仕事以外でもいわゆる「ながら」作業が脳疲労につながります。

◎ネットによる情報過多◎

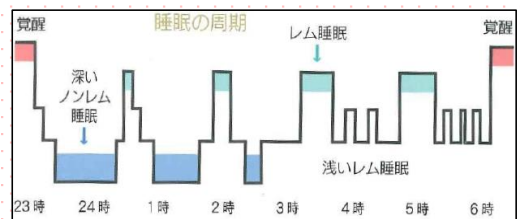
パソコンやスマホの普及により、ネットからは必要・不必要な情報が大量に入ってくるようになりました。そのような過密な情報の中から必要な情報を取捨選択するという作業は脳疲労の原因になります。

◎睡眠不足と睡眠の質の低下◎

睡眠にはレム睡眠とノンレム睡眠があります。

- ・ノンレム睡眠＝深い睡眠。脳が休む時間。
- ・レム睡眠＝朝方の浅い睡眠。脳が記憶や情報を整理する時間。

睡眠が足りないと疲労が蓄積したり情報過多になった脳が疲れてしまいます。



脳疲労を予防するには？

脳疲労の予防に最も大切なことは
脳に過剰な負荷をかけない

仕事に優先順位をつけたり、必要以上にスマホやパソコンに触れないことで脳に入る情報をコントロールしましょう。就寝前のスマホやパソコンは睡眠の質を低下させるので**寝る2時間前から**は触らないのが理想です。

ちょこっとアドバイス

「緑」を利用する

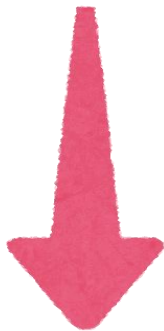
自然を身近に感じる空間は疲労回復に良い影響が！
部屋に観葉植物を置いたり、植物のある公園に出かけたりするのもGOOD！



熱中症の症状が出たらすぐに病院へ！！！！

一緒に働いている人の具合が急に悪くなったことを想定して、正しい対処法を頭に入れておきましょう。

重症度	I 度	II 度	III 度
症状	めまい・立ちくらみ・けいれん 汗が止まらない	吐き気・頭がガンガンする 身体がだるい	呼びかけへの反応がおかしい 真っすぐ歩けない・ひきつけ 体温が高い・意識不明



こんな熱中症の症状が出たら
ためらうことなく救急車を呼びましょう！！

搬送の準備が整うまでは応急措置をしましょう！

- ① 詰所などの涼しい場所へ移動
- ② 服を脱がして体を冷やす。
(特に首・わきの下・ももの付け根)
- ③ 水分・塩分を摂らせる。
(スポーツドリンクがおすすめ！)

帰宅途中に熱中症の症状が出て死亡に至る事例もあります。

具合が悪い人を1人で家に帰さない。

→早退をすることになった場合は必ず誰かが付き添って病院に行きましょう。

終業後帰宅前に体調チェック

→職長は帰宅前の作業員に「熱がないか」「具合が悪くないか」の確認をするようにしてください。

朝起きて具合が悪いのに無理やり現場にきて早退することになると、誰かが付き添わないといけなくなりより迷惑がかかります。

朝具合が悪ければ無理をせず休みましょう！

沖縄県では今年すでに20代の方が熱中症で亡くなっています。熱中症は処置が遅れば年齢関係なく休業災害にも最悪死亡災害にもなりえます。ならないための心がけとなってしまっからの正しい対処を身につけましょう！！

