

# シルバー 安全だより

## —— 新年あけましておめでとうございます。 ——



安全・適正就業委員長  
仙波 忠男

会員の皆様におかれましては清々しい新年をお迎えのこととお喜び申し上げます。

旧年中は、「安全・適正就業委員会」の活動にご理解とご協力を賜り厚く御礼申し上げます。会員皆様の努力により昨年は前年よりも少ない事故数ではあるものの、会員みんなの願いである「事故0」にはなかなか届かないと感じています。昨年、防護ネットの設置がないと保険が適用にならなかったことから、会員の皆さん

は今までよりもさらに注意して防護ネットを設置していたようです。しかし、それでも物損事故は起きてしまいました。



年頭に、改めてこれからの「事故0」のために、会員ひとり一人が注意して就業やセンター活動ができますよう本年もどうぞよろしくお願いいたします。

## 令和7年度 傷害事故、物損事故発生状況

| 《物損事故》 |                      | 令和6年11月14日 現在    |                                                 |
|--------|----------------------|------------------|-------------------------------------------------|
|        | 発生日時                 | 場 所              | 原 因                                             |
| 1      | R7.9.11(木) 午前11時頃    | 就業中 男 75歳<br>市有地 | 草刈作業中、跳ねた石が防護ネットの横をすり抜け駐車していた車の左後部座席のガラスを破損した。  |
| 2      | R7.10.10(金) 午後1時15分頃 | 就業中 男 74歳<br>市道  | 草刈作業中、跳ねた石が防護ネットの横をすり抜け通行してきた車のフロントガラスに当たり破損した。 |

## ミラノ・コルティナ 2026 冬季オリンピック



委員  
田中 英雄

今年は2月6日から冬季オリンピックが始まります。日本選手の活躍がとても楽しみです。前回の北京五輪では日本は18個のメダルを獲得しました。今回8競技116種目で熱戦が繰り広げられますが、イタリアでの

開催ですので時差は8時間。日本時間では夜中の開催になってしまい、なかなかリアルタイムでの応援はできなさそうです。とはいえ、やっぱりわくわくします。パラリンピックも3月6日から開催されます。皆さん、睡眠不足にならないよう気を付けて応援しましょう。

## 第72号

令和8年1月1日

公益社団法人  
日向市シルバー人材センター  
安全・適正就業委員会

## 段取りの重要性について！



安全就業推進員  
大田 寛

仕事は、「段取り八分・仕事二分」と言われるように段取りが重要になってきます。段取りとは仕事がスムーズに進むように事前に準備したり、手順を整えることですが、段取り力を

向上させる方法として、次の事が考えられます。

- ① 仕事の目的と目標を明確にする。
- ② 作業リストやマニュアルの用意など事前準備を行う。
- ③ 優先順位をつけ、計画的に行動できる。
- ④ 余裕を持ったスケジュールを組む。
- ⑤ 評価、改善を繰り返す。

段取り良く仕事をするにより、以下の成果が得られます。

- ① 仕事のスピードや精度及び達成感が向上する。
  - ② 周囲に気を配る事が出来たり、スキル向上に時間を充てることができる。
- ・効率の良い仕事ができる。

## 安全 パトロール



## 世代間交流ソフトボール大会開催！

1月31日（土）小倉ヶ浜総合公園にて開催されます。今年の対戦チームは「財光寺キング」さん。元気な小学生に負けないように我がシルバーチームの応援よろしくお願いします！

- ・時間の短縮
- ・道具の工夫
- ・作業の標準化、簡素化
- ・無駄を減らす

グループ就業における仕事の進め方として、次のように提案します。

1・グループリーダーが中心となり、業務担当と仕事に関する打ち合わせを行い、グループ内に周知徹底を図る。

(1)朝のミーティング

- ① 作業方法・段取り・役割分担の確認
- ② 作業環境の安全確認と安全確保のための看板・コーンや防護ネットの設置
- ③ 安全就業全般における注意点の確認
- ④ 準備運動

(2)終了時のミーティング実施

- ① 仕事の完成点検
- ② 明日の仕事の段取り、確認

2・グループ就業は上下の関係なく、共に助け合いながら、共に働く関係が基本となります。ホウレンソウ(報告・連絡・相談)の実施により、グループ内の意思疎通を図り「安全就業」に繋げて下さい。

## この時期に防護ネット も点検・補修を



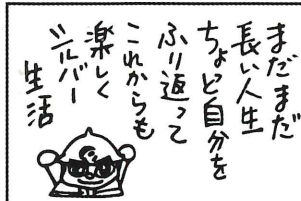
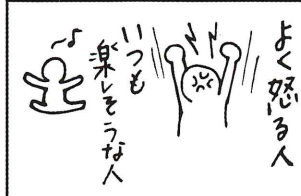
山元 隆

草刈作業が一段落しました。お疲れさまでした。そんな時期だからこそお願いです。

お使いの防護ネットの状況はどうでしょう

か。めくれている、穴が開いたりしていないでしょうか。繁忙期になる前のこの時期に、ぜひ点検をして、来シーズンもまたしっかり活躍してもらえるよう補修をお願いします。ネットは事務所にあります。張り替えたい方は言ってください。さらに、草刈作業にネットは必須です。防護ネット無しで草刈作業はできません。「グループの誰かが持っているから」ではだめです。まだ作っていない方は、今のうちに必ず作しましょう。

## GOGO!! 安全くん



## 「健康第一」



委員  
佐藤 幸栄

今季は早いうちからインフルエンザが猛威を奮っています。その理由として、普段流行する香港A型から派生した「H3N2サブクレードK」という新たな変異株が流行しているためと言われています。とは言え、昨年夏の猛暑からの急激な冷え込みや寒暖差で体力を奪われている人が多く、インフルエンザだけでなく様々な病気にかかりやすくなっているのも事実です。

感染対策としては「人混みを避ける」「人が多い場所ではマスクを活用する」「手洗いうがいを行う」「よく触る場所は定期的に清掃する」などが挙げられますが、一番は「規則正しい生活を送る」事が大事です。十分な睡眠とバランスの取れた食事を心がけ、日頃から免疫力を高める事で、病気にかかりにくい身体作りを目指しましょう。



委員  
甲斐 和子

## もしかしてフレイル？

フレイルをご存じですか？フレイルとは健康な状態と要介護状態の間の状態の事で、いずれ要介護状態になるリスクが高い事がわかっています。又、色々な事故でフレイルやフレイル予備軍の人の方が多いという統計も出ています。美味しく物が食べれない、疲れやすく何をするのも面倒、体重が減ってきた…こんな傾向はフレイルかもしれません。しかし早めに気付いて適切な取組を行うとフレイルの進行を防ぎ健康に戻る事が出来ます。そんなフレイル予防の3つのポイントは栄養(食事の改善)・身体活動(ウォーキング、ストレッチ等)・社会参加(趣味、ボランティア、就業等)です。年のせいとあきらめていた体や心の衰えは予防できます。

今年はフレイル予防で事故もゼロ!!たくさん食べて、たくさん出かけて、たくさん笑い、福を呼び込みましょう!