

◆ 衛生委員会だより ③ ◆

安全 + 第一



労働災害 ゼロ件！ 継続中！！

⚙️ ・ ・ 産業医講話 ・ ・

≪ 12月 ≫ 腰痛について

- ・発生要因：動作要因、環境要因、個人的要因、心理・社会的要因がある
単独ではなく複合的に絡み合って発生する
- ・姿勢と椎間板の内圧（腰の負担）の関係：立位姿勢を100とすると椅子に座る、座位姿勢は140、立位、前かがみで荷物あり220、座位前かがみで荷物あり275と立位の2倍以上腰の負担になっている
- ・作業姿勢：不自然な作業姿勢はとらない。肘の曲げ角度が90度で、体に近い位置で作業する。同一作業を長時間行わない。長時間になる場合は休憩・休止をはさんだり他の作業と組み合わせる
- ・持ち上げ方法：Stoop法、Squat法があるが、Squat法を推奨する

≪ 1月 ≫ 産業医講話 お休み・・・



≪ 2月 ≫ 視機能について

- ・加齢による視機能の変化：視力低下、屈折度数の変化、色の弁別能力の低下、動体視力の低下、疾病の罹患率の上昇
- ・視覚の疾患：白内障、緑内障、加齢黄斑変性
- ・白内障の症状と配慮：色の区別を分かりやすくする、黄系や青系を避け彩度を高くする
- ・照度と輝度
- ・加齢における視機能についての配慮：作業者と作業対象物との距離の調整、適切な照明計画（明るすぎる場所、暗い場所での作業を減らす）



≪ 3月 ≫ 聴力について

- ・老人性（加齢性）難聴の特色：45歳くらいから始まる、治療では治せない
高い音から聞こえにくくなる。言葉の聞き分けが悪くなる。早口の会話が聞き取りにくい
- ・聴覚環境の整備：会話を妨げる背景騒音の音量を小さくし、警報音を聞き取りやすくする
会話を聞き取りやすくなるように工夫する（例：静かな場所で話す。発言は一人ずつ行う
聞き取りやすい言葉で話す。補聴器を活用する）

～職場訪問先一覧～

今年度の労働災害の発生は 3月現在ゼロ件！

- ① 老人福祉センター あけぼの（日中管理） / 3月2日
- ② 老人福祉センター さくら荘 / 3月2日
- ③ 藤代公民館 / 4月21日
- ④ 永山公民館 / 4月28日
- ⑤ 藤代武道場 / 6月1日
- ⑥ 福社会館 / 6月1日
- ⑦ アートギャラリー / 6月14日
- ⑧ トヨタカローラ南茨城 ゆめみ野店 / 7月12日
- ⑨ 本陣 旧取手宿本陣染野家住宅 / 7月21日
- ⑩ 江戸川学園小学校 / 8月9日
- ⑪ 藤代スポーツセンター / 9月13日
- ⑫ 老人福祉センター あけぼの（夜間清掃） / 9月27日
- ⑬ （株）関東エーシー / 11月1日
- ⑭ 寺原公民館 / 11月28日
- ⑮ 藤代公民館 / 12月21日
- ⑯ ゆうあいプラザ / R6 1月24日
- ⑰ 老人福祉センター あけぼの（日中清掃） / R6 2月29日

来年度も職場訪問を行ってまいります

引き続き安全就業をよろしくお願いいたします

