

平成 22 年度建設業年度末労働災害防止強調月間

趣旨

年度末は、公共工事等の多くの工事が完工時期を迎えることから、工事の輻輳化等により、作業間の連絡調整の不足、作業指示の不徹底、過重労働等により安全衛生管理が不十分となり、労働災害が多発することが懸念される。したがって、これらに対処するため、建設業労働災害防止協会の主唱、厚生労働省・国土交通省の後援により、3月1日から31日までを「建設業年度末労働災害防止強調月間」と定め、労働災害防止の徹底を図るための運動を展開するものとする。

このため本強調月間を契機として、経営トップをはじめ関係者は、労働災害防止の重要性についてさらに認識を深め、店社と作業所との緊密な連携のもとに、効果的な安全衛生管理活動を積極的に推進するものとする。

特に、労働災害のより一層の減少を図るために、リスクアセスメントを確実に実施するとともに、「建設業労働安全衛生マネジメントシステム(コスモス)」の導入、実施による計画的な安全衛生管理の推進が重要であることから、これらの積極的な推進に努めることとする。

実施期間 平成 22 年 3 月 1 日(火) ~ 3 月 31 日(木)

重点事項

- 1 経営トップによる年度末安全パトロールの実施
- 2 リスクアセスメントの確実な実施
- 3 コスモスの導入、実施
- 4 三大災害(墜落・転落災害、建設機械・クレーン等災害、倒壊・崩壊災害)防止対策の徹底
- 5 交通労働災害防止対策の徹底
- 6 不安全行動による災害防止対策の徹底
- 7 安全衛生教育の推進
- 8 健康管理の徹底

建設業労働災害防止協会 HP より一部抜粋

交通安全情報

前照灯“遠目ライト”で事故防止!

右からの横断歩行者の早期発見・減速徐行

平成 22 年中の高齢歩行者の死者数は 57 人で、そのうち、夜間に 39 人が犠牲となり、その中の特徴では、車から見て右から左の道路横断中に 27 人が犠牲になっています。夜間、高齢歩行者事故を調査した結果、大半のドライバーは近目の状態で車を運転していました。

道路交通法第 52 条第 2 項(灯火の制限)

車両等は、夜間(日没から日の出まで)、他の車両等と行き違う場合又は他の車両等の直後を進行する場合において、他の車両等の交通を妨げるおそれがあるときは、前照灯の光度を感じ、又は照射方向を下向きにするなどの操作をしなければならない。

時速 60 キロの普通乗用車が、近目で走行中歩行者を発見し、制動を講じても、事故の危険性が極めて高くなります。夜間は、安全な速度で運転しましょう。

トンネルでの事故防止

過去の重大(死亡・重傷及び多重等)交通事故は、これからの時期に発生しています。その実態は、路肩に雪が残っていたが、トンネルの入口付近の道路が乾燥していることから、トンネル内も乾燥していると判断、減速せずに走行しスリップさせ、対向車線にはみ出して対向車と衝突、更に後続車が衝突するという車両数台が関係する多重交通事故が発生している。トンネル内(出入口)、橋の上、日陰になっている山間部等を通過するときは減速する。

道路情報板等の情報を活用する。

道警 HP・北海道安全運転管理者事業主会より一部抜粋

こころの健康

「労働者の心の健康保持増進のための指針」によると心の健康づくりを推進するためには、労働者自身がストレスに気づき、これに対処するための知識、方法を身につけ、それを実施することが重要です。

【ストレスに気づこう】

ストレスは、様々な出来事がきっかけとなって引き起こされます。

あなたの身の回りにストレス要因がないか、気がつかないうちにストレスに対する反応が出ていないかチェックしてみましょう。

職場で...

人間関係のトラブル・上司や部下との対立セクハラ・パワハラなど
役割・地位の変化・昇進・昇格・配置転換・出向などによる
仕事の質・量の変化・長時間労働や人事異動、トラブルの発生など
重い責任の発生・仕事上の事故や失敗による

職場以外で...

自分の出来事・病気や家庭不和、人とのトラブル、事故や災害など
住環境や生活の変化・単身赴任、転居、騒音など
自分以外の出来事・家族、親族、友人の死や病気・非行など
金銭問題・多額の借金・ローン、収入減など

ストレスに対する反応

ストレスが大きくなると、心やからだ、日常の行動面に次のような変化があらわれます。

心理的側面・抑うつ症状、意欲の低下、イライラ、緊張、不安など
身体的側面・高血圧、胃、十二指腸潰瘍、糖尿病、首や肩のこり、
動悸、息切れ、下痢、便秘、食欲不振、不眠、肥満など
行動的側面・作業効率の低下、作業場の事故、アルコール依存
過食、拒食など

【ストレスとうまくつきあうポイント】

規則正しい生活を心がけ、睡眠を充分とる

快適な睡眠で、疲労回復・ストレス解消・事故防止

自分にあった睡眠時間があり、8 時間にこだわらない

夕食後のカフェイン摂取は寝つきを悪くする

軽い読書・音楽・ストレッチなどでリラックス

同じ時刻に毎日起床

短い昼寝でリフレッシュ昼寝をするなら午後 3 時前の 20 ~ 30 分

睡眠障害は「体や心の病気」のサインのことがある

親しい人たちと交流する時間をもちましょう

心の中にある不安やイライラなど今の状況や気持ちを話すことで、不思議と気分がすっきりします。

笑いのすすめ

心の余裕を失うと笑いは少なく無表情になりがちです。笑いによって自律神経のバランスを整えたり、ガン細胞を攻撃するナチュラルキラー細胞が活性化し、免疫力を正常化させる効果もあります。

緊張を細切れにする

1 日の中で緊張が続いているなど感じたらトイレに立って深呼吸する、軽く体操をして小休止をとるなど、気分転換を図りましょう。

できるだけ落ち着ける環境を

職場で許される範囲で机や椅子、コンピューターを自分好みに調整しましょう。可能であれば休み時間に音楽を聴くなど、自分独自の空間をつくり、落ち着ける環境を整えましょう。

仕事に関係のない趣味を持つ

趣味を持つことで日々の生活を精神的に豊にする。

ストレス解消をタバコやお酒に頼らない

ストレス状態から逃れたい、という気持ちからタバコやお酒に頼ってしまうと、いつしか量が増えてしまい、場合によっては依存症となります。他のストレス解消法をお勧めします。

厚生労働省 中央労働災害防止協会より一部抜粋

平成 22 年度 親睦ボウリング大会 開催延期!

先日、FAX にて案内しておりましたが、今年度の災害防止協議会の親睦ボウリング大会を、都合により開催を延期致しました。再度御連絡いたしますので、奮って参加下さいますようお願いいたします。

編集後記

3 月に入り、寒さが少しずつ和らいで雪解けが進み、春の訪れを感じる季節を迎えました。この時期は進学、就職などで人の動きも活発化します。交通事故などに遭わないよう充分注意しましょう。

連続無災害日数・・・6,809日

(2011 / 2 / 20 現在)