

Active Life

アクティブ
ライフ



Vol.130
2023.7
[JUL]



令和5年度全国安全週間実施要綱	2・3
理事長講話「成長する人の脳内で起こっている事」	4
事業所紹介「株式会社IHI回転機械エンジニアリング 堅田工場」	5
健康づくり事業のご紹介	6
CARADA健診サポートのご案内	7
2023年度フレッシュ職員紹介	8
健康一口メモ・編集後記	8

涼しそうに泳ぐのは名古屋港水族館のシャチ。シャチといえば、先日本水族館の開園より66年間の歴史に幕を閉じた「須磨海浜水族園(神戸市)」も、2024年春にはシャチのショーを目玉にリニューアル予定とか。関西の楽しみがまた増えますね。

■ 認定・登録・指定等

- プライバシーマーク認定
(認定番号 第14200003)
- 日本総合健診医学会認定「優良総合健診施設」(認定 第368号)
- 品質マネジメントシステム「ISO9001」認証(滋賀保健研究センター診療所)(登録番号:3711JICQA)
- 労働衛生サービス機能評価機構(認定 第1号) ● 日本消化器がん検診学会認定指導施設(第127号)
- 労災保険二次健康診断等給付指定医療機関(労災指定番号:2512645)
- 全国健康保険協会管掌健康保険生活習慣病予防健診等契約機関
- 日本人間ドック学会認定(人間ドック健診施設機能評価)認定第396号 ● 健康経営優良法人2023

全国安全週間

令和5年度全国安全週間実施要綱

1 趣 旨

全国安全週間は、昭和3年に初めて実施されて以来、「人命尊重」という基本理念の下、「産業界での自主的な労働災害防止活動を推進し、広く一般の安全意識の高揚と安全活動の定着を図ること」を目的に、一度も中断することなく続けられ、今年で96回目を迎える。

この間、事業場では、労使が協調して労働災害防止対策が展開されてきた。この努力により労働災害は長期的には減少しているところであるが、令和4年の労働災害については、死亡災害は前年を下回る見込みであるものの、休業4日以上の死傷災害は前年を上回る見込みであり、近年、増加傾向に歯止めがかかるない状況となっている。

特に、転倒や腰痛といった労働者の作業行動に起因する死傷災害、墜落・転落などの死亡災害が依然として後を絶たない状況にある。

また、労働災害を少しでも減らし、労働者一人一人が安全に働くことができる職場環境を築くためには、本年3月に策定された第14次労働災害防止計画に基づく施策を着実に推進するための不断の努力が必要であり、特に初年度となる令和5年度においては、労使一丸となった取組が求められる。

以上を踏まえ、更なる労働災害の減少を図る観点から、令和5年度の全国安全週間は、以下のスローガンの下で取り組む。

高める意識と安全行動 築こうみんなのゼロ災職場

2 期 間

7月1日から7月7日までとする。

なお、全国安全週間の実効を上げるため、6月1日から6月30日までを準備期間とする。

3 主唱者

厚生労働省、中央労働災害防止協会

4 協賛者

建設業労働災害防止協会、陸上貨物運送事業労働災害防止協会、港湾貨物運送事業労働災害防止協会、林業・木材製造業労働災害防止協会

5 協 力 者

関係行政機関、地方公共団体、安全関係団体、労働組合、経営者団体

6 実施者

各事業場

7 主唱者、協賛者の実施事項

全国安全週間及び準備期間中に次の事項を実施する。

- (1) 安全広報資料等を作成し、配布する。
- (2) 様々な広報媒体を通じて広報する。
- (3) 安全パトロール等を実施する。
- (4) 安全講習会や、事業者間で意見交換し、好事例を情報交換するワークショップ等を開催する。
- (5) 安全衛生に係る表彰を行う。
- (6) 「国民安全の日」(7月1日)の行事に協力する。
- (7) 事業場の実施事項について指導援助する。
- (8) その他「全国安全週間」にふさわしい行事等を行う。

8 協力者への依頼

主唱者は、上記7の事項を実施するため、協力者に対して、支援、協力を依頼する。

9 実施者が準備期間中及び全国安全週間に実施する事項

安全文化を醸成するため、各事業場では、全国安全週間及び準備期間を利用し、次の事項を実施する。

- (1) 安全大会等での経営トップによる安全への所信表明を通じた関係者の意思の統一及び安全意識の高揚
- (2) 安全パトロールによる職場の総点検の実施
- (3) 安全旗の掲揚、標語の掲示、講演会等の開催、安全関係資料の配布等の他、ホームページ等を通じた自社の安全活動等の社会への発信
- (4) 労働者の家族への職場の安全に関する文書の送付、職場見学等の実施による家族への協力の呼びかけ
- (5) 緊急時の措置に係る必要な訓練の実施
- (6) 「安全の日」の設定の他、準備期間及び全国安全週間にふさわしい行事の実施

10 実施者が継続的に実施する事項

全国安全週間における取組をより効果的にするためにも、事業者は、準備期間及び全国安全週間以外についても、以下の事項を継続的に実施する。

(1) 安全衛生活動の推進

- ① 安全衛生管理体制の確立
 - ア 年間を通じた安全衛生計画の策定、安全衛生規程及び安全作業マニュアルの整備
 - イ 経営トップによる統括管理、安全管理者等の選任
 - ウ 安全衛生委員会の設置及び労働者の参画を通じた活動の活性化
 - エ 労働安全衛生マネジメントシステムの導入等によるPDCAサイクルの確立
- ② 安全衛生教育計画の樹立と効果的な安全衛生教育の実施等
 - ア 経営トップから第一線の現場労働者までの階層別のお安全衛生教育の実施、特に、雇入れ時教育の徹底及び未熟練労働者に対する教育の実施
 - イ 就業制限業務、作業主任者を選任すべき業務での有資格者の充足

- ウ 災害事例、安全作業マニュアルを活用した教育内容の充実
 エ 労働者の安全作業マニュアルの遵守状況の確認
 ③自主的な安全衛生活動の促進
 ア 発生した労働災害の分析及び再発防止対策の徹底
 イ 職場巡視、4S活動(整理、整頓、清掃、清潔)、KY(危険予知)活動、ヒヤリ・ハット事例の共有等の日常的な安全活動の充実・活性化
 ④リスクアセスメントの実施
 ア リスクアセスメントによる機械設備等の安全化、作業方法の改善
 イ SDS(安全データシート)等により把握した危険有害性情報に基づく化学物質のリスクアセスメント及びその結果に基づく措置の推進
 ⑤その他の取組
 ア 安全に係る知識や労働災害防止のノウハウの着実な継承
 イ 外部の専門機関、労働安全コンサルタントを活用した安全衛生水準の向上
 ウ 「テレワークの適切な導入及び実施の推進のためのガイドライン」に基づく、安全衛生に配慮したテレワークの実施
- (2) 業種の特性に応じた労働災害防止対策**
- ①小売業、社会福祉施設、飲食店等の第三次産業における労働災害防止対策
 ア 全社的な労働災害の発生状況の把握、分析
 イ 経営トップが先頭に立って行う安全衛生方針の作成、周知
 ウ 職場巡視、4S活動(整理、整頓、清掃、清潔)、KY(危険予知)活動、ヒヤリ・ハット事例の共有等の日常的な安全活動の充実・活性化
 エ 安全衛生担当者の配置、安全意識の啓発
 オ パート・アルバイトの労働者への安全衛生教育の徹底
 ②陸上貨物運送事業における労働災害防止対策
 ア 荷台等からの墜落・転落防止対策、保護帽の着用
 イ 積み卸しに配慮した積付け等による荷崩れ防止対策の実施
 ウ 歩行者立入禁止エリアの設定等によるフォークリフト使用時の労働災害防止対策の実施
 エ トラックの逸走防止措置の実施
 オ トラック後退時の後方確認、立入制限の実施
 ③建設業における労働災害防止対策
 ア 一般的な事項
 (ア)足場等からの墜落・転落防止対策の実施、手すり先行工法の積極的な採用、フルハーネス型墜落制止用器具の適切な使用
 (イ)職長、安全衛生責任者等に対する安全衛生教育の実施
 (ウ)元方事業者による統括安全衛生管理、関係請負人に対する指導の実施
 (エ)建設工事の請負契約における適切な安全衛生経費の確保
 (オ)輻轆工事における適正な施工計画、作業計画の作成及びこれらに基づく工事の安全な実施
 (カ)一定の工事エリア内で複数の工事が近接・密集して実施される場合、発注者及び近接工事の元方事業者による工事エリア別協議組織の設置
 イ 自然災害からの復旧・復興工事における労働災害防止対策
 ④製造業における労働災害防止対策

- ア 機械の危険部分への覆いの設置等によるはさまれ・巻き込まれ等防止対策の実施
 イ 機能安全を活用した機械設備安全対策の推進
 ウ 作業停止権限等の十分な権限を安全担当者に付与する等の安全管理の実施
 エ 高齢年施設・設備の計画的な更新、優先順位を付けた点検・補修等の実施
 オ 製造業安全対策官民協議会で開発された、多くの事業場で適応できる「リスクアセスメントの共通化手法」の活用等による、自主的なリスクアセスメントの実施
 ⑤林業の労働災害防止対策
 ア チェーンソーを用いた伐木及び造材作業における保護具、保護衣等の着用並びに適切な作業方法の実施
 イ 木材伐出機械等を使用する作業における安全の確保
- (3) 業種横断的な労働災害防止対策**
- ①労働者の作業行動に起因する労働災害防止対策
 ア 作業通路における段差等の解消、通路等の凍結防止措置の推進
 イ 照度の確保、手すりや滑り止めの設置
 ウ 「転倒等リスク評価セルフチェック票」を活用した転倒リスクの可視化
 エ 運動プログラムの導入及び労働者のスポーツの習慣化の推進
 オ 中高年齢女性を対象とした骨粗しょう症健診の受診勧奨
 カ 「職場における腰痛予防対策指針」に基づく措置の実施
 ②高年齢労働者、外国人労働者等に対する労働災害防止対策
 ア 「高年齢労働者の安全と健康確保のためのガイドライン」に基づく措置の実施
 イ 母国語教材や視聴覚教材の活用等、外国人労働者に理解できる方法による安全衛生教育の実施
 ウ 派遣労働者、関係請負人を含めた安全管理の徹底や安全活動の活性化
 ③交通労働災害防止対策
 ア 適正な労働時間管理、走行計画の作成等の走行管理の実施
 イ 飲酒による運転への影響や睡眠時間の確保等に関する安全衛生教育の実施
 ウ 災害事例、交通安全情報マップ等を活用した交通安全意識の啓発
 エ 飲酒、疲労、疾病、睡眠、体調不良の有無等を確認する乗務開始前の点呼の実施
 ④熱中症予防対策(STOP!熱中症 クールワークキャンペーン)
 ア 暑さ指数(WBGT)の把握とその値に応じた熱中症予防対策の実施
 イ 作業を管理する者及び労働者に対する教育の実施
 ウ 事業場における熱中症予防に係る責任体制の確立、発症時・緊急時の措置の確認、周知
 ⑤業務請負等他者に作業を行わせる場合の対策
 ア 安全衛生経費の確保等、請負人等が安全で衛生的な作業を遂行するための配慮
 イ その他請負人等が上記10(1)~10(3)④に掲げる事項を円滑に実施するための配慮



理事長講話

成長する人の脳内で起こっている事

理事長 三原 卓

2010年、ミシガン州立大学の心理学者ジェイソン・モーザーは、同僚らとともにある実験を行いました。この実験では、ボランティアの被験者に脳波測定用のEEGキヤップを被ってもらいました。

モーザーが知りたかったのは、被験者が何か失敗したときに、脳内でどんな反応が起こるかでした。中でも注目すべきはふたつの脳信号でした。ひとつは「エラー関連陰性電位(ERN)」。これは脳の前帯状皮質に生じる信号で、エラーを検出する機能に関連しています。自分の失敗に気づいたあと50ミリ秒ほどで、自動的に現れる反応です。もうひとつは「エラー陽性電位(Pe)」。こちらは失敗の200~500ミリ秒後に生じる信号で、自分が犯した間違いに意識的に着目するときに現れる反応です。

モーザーの以前の実験では、ERNの反応(単純に失敗に気づいたときの反応)とPeの反応(失敗に意識的に着目して、そこから学ぼうとする反応)がどちらも強い人ほど、失敗からより素早く学ぶ傾向があるという結果が出していました。

そこでモーザーは、事前のアンケートに基づいて被験者のマインドセット(思考傾向)を二つに識別し、それをグループに分けました。1つは、いわゆる「固定型マインドセット(fixed mindset)」のグループ。「固定型マインドセット」の傾向がある人は、知性や才能はほぼ固定的な性質だととらえています。つまり「自分の知性や才能は生まれ持ったもので、ほぼ変える事は出来ない」と強く信じています。

一方「成長型マインドセット(growthmindset)」の傾向がある人は、知性も才能も努力によって伸びると考えます。先天的なものがどうあれ、根気強く努力を続ければ、自分の資質をさらに高め成長できると信じています。

実験の内容は退屈と言っていいほどシンプルでした。各自EEGキヤップを装着し、5つ並んだアルファベット(たとえば「BBBBB」「BBGBB」)の真ん中の文字をただ答えるだけです。一見簡単なようですが、集中力が欠けてくると間違いが出始めます。

失敗に対する各被験者の脳波の反応を見てみると、ふたつのグループの間に劇的な違いが表れました。ただしERN(単純に失敗に気づいたときの反応)に関しては、固定型マインドセットの被験者も成長型マインドセットの被験者も、どちらも強い反応が出ました。これは当然でしょう。「間違えた!」という反応自体は誰にでも起ります。間違えるのは嫌なものです。とくにアルファベットを識別するだけの簡単なテストでミスをしてしまったとなると、強い反応が出てもおかしくありません。一方、Peの反応には大きな差が出ました。成長型マインドセットの被験者の反応は、固定型マインドセットの被験者に比べてはるかに強かったです。固定型の傾向が最も強い被験者と比べた場合、成長型の反応は3倍にも上りました(Peの振幅値で表すと15対5でした)。

「はなはだしい違いだ」とモーザーは言います。固定型マインドセットの被験者は、間違いに着目していました。むしろ無視していたと言っていいでしょう。一方で成長型マインドセットの被験者は、間違いにしっかりと注意を向けていました。まるで、失敗に興味津々といったように。この実験ではほかにも、Peの反応が強い被験者ほど、失敗後の正解率が上昇するという結果も出ました。失敗への着目度と学習効果との密接な相関関係が窺えました。

モーザーの実験結果は、さまざまな考察を裏付けます。個人でも組織でも、失敗に真正面から取り組めば成長できるが、逃げれば何も学べない。考え方の違いは脳波に如実に表れます。

つまり失敗から学べる人と学べない人の違いは、突き詰めて言えば、失敗の受け止め方の違いです。成長型マインドセットの人は、失敗を自分の力を伸ばす上で欠かせないものとしてごく自然に受け止めています。一方、固定型マインドセットの人は、生まれつき才能や知性に恵まれた人が成功すると考えているために、失敗を「自分に才能がない証拠」と受け止めます。人から評価される状況は、彼らにとって大きな脅威となるのです。即ち、われわれは成長型マインドセットを意識的に取り入れる事により自己の成長を促せると思われます。

事業所紹介

株式会社IHI回転機械エンジニアリング 堅田工場

**社会課題の解決に貢献する
製品・技術・サービスを
提供しています**

【事業所紹介】

当社はIHIグループの回転機械分野におけるコアカンパニーです。

堅田工場は1963年、前身の大坂歯車工業の工場として大津市に設立。

電力会社向け微粉炭ミル用減速機、運搬機用減速機、発電用歯車装置の技術を伝承しつつターボコンプレッサー用部品の供給拠点として世界のインフラシステムを支えています。

【衛生事業の取り組み】

滋賀保健研究センター様には定期健康診断・年2回の特殊健康診断・雇い入れ時健診・作業環境測定など1年を通して大変お世話になっております。

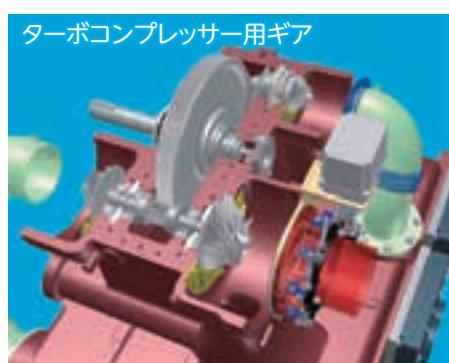
昨年度からは、溶接ヒュームに関する作業環境測定等を実施頂いており、安心して働ける職場づくりのサポートを頂いております。

今後もご支援を頂きながら、健康経営優良法人として従業員の健康維持・促進に努めてまいります。

減速機用歯車の加工風景



ターボコンプレッサー用ギア



株式会社IHI回転機械エンジニアリング 堅田工場

〒520-0232 滋賀県大津市真野四丁目15-55 本社:〒135-0062東京都江東区東雲一丁目7-12
TEL:077-573-9924 FAX:077-573-9922 URL:<https://www.ihi.co.jp/irm/>

健康づくり事業のご紹介

一般財団法人滋賀保健研究センターでは、健康診断を実施するだけでなく、皆様が生き生きと働き、健康に過ごすことができるよう健康づくり事業にも力を入れています。

長年の生活習慣を変えることは容易ではありませんが、自覚症状のないうちから健康への意識を持ち、生活改善に取り組んでいただくことで、生活習慣病の発症予防につながります。健康経営を実践する上でも、健康づくり事業を活用してみてはいかがでしょうか。



●健康講話

保健師・管理栄養士・健康運動指導士が講師として、テーマに沿った内容について詳しくお話しします。クイズやグループワーク、簡単な運動などを交えながら、健康についての知識を深めていただきます。

例) メタボリックシンドロームについて、熱中症対策、腰痛エクササイズ など

●保健指導

健康診断の結果を基に、保健師が検査結果の見方の説明や、生活習慣の改善のためのアドバイス、日頃気になっている健康についてのご相談などを行います。

●栄養指導・食事診断

食事分析ソフトを用いて、一人一人の栄養バランスや食事バランスを分析します。その結果を用いて、管理栄養士が食生活改善のためのアドバイスを行います。

●特定保健指導

保健師・管理栄養士による、メタボリックシンドローム改善に向けての指導プログラムです。メタボリックシンドロームの改善や生活習慣病の予防に向けたアドバイスを行います。

●健康イベント

健康の保持・増進のため、健康について意識をもっていただけるようなイベントを実施しています。

例) 血管年齢測定、骨密度測定、脳年齢測定 など

※健康講話、健康イベントに関しては様々な内容を扱っています。詳細に関しては、専門担当までお問い合わせください。

CARADA 健診サポートのご案内

アプリは
無料です

北海道医療研究センターでは、2021年4月からご自身の健診結果をスマートで閲覧できるようになりました。
己の健康に簡単に利用ください！



簡単ご利用方法

*QRコードは株式会社デンソーウェーブの登録商標です。
※iPhone、iPod touchは、米国および他の国々で登録されたApple Inc.の商標です。AppStoreはApple Inc.のサービスマークです。
※ Google、AndroidおよびGoogle Playは、Google Inc.の商標または登録商標です。

① アプリをダウンロード



北海道医療研究センター
健診サポート

② アプリを起動し、セシターから発行された専用コードを読み込む



- 所属する企業様や健康保険組合様との契約条件等によって、ご利用いただけない場合があります。
- 一部で紙の結果報告書と記載場所や表現が異なる場合があります。
- 健診結果のアプリ反映は受診してから1ヶ月程度かかります。

2023年度 フレッシュ職員紹介

臨床検査技師



診療放射線技師



健診アシスタント



システム課



頑張ります!

新しいメンバーです!
よろしく
お願いいたします



健康一口メモ

いよいよ夏の到来です。厳しい夏も冷房が普及し、快適に過ごせるようになってきました。日頃当たり前のようを使っている冷房ですが、人によっては冷房が夏バテ(冷房病)の原因になってしまうこともあります。

私たちの体は、自律神経の働きによって暑さや寒さに対応し、体温を一定に保っています。しかし、冷房で体が冷えすぎたり、冷房の効いた屋内と暑い屋外を頻繁に行き来したりすると自律神経のバランスが乱れ、血行不良による手足の冷え、だるさ、疲れなどの症状が出ることがあります。

冷房病を予防するためには、室温を下げすぎないこと、冷房の効いた場所では上着を羽織るなど冷えから体を守ることが大切です。冷房を上手く活用し、暑い夏を乗り切りましょう。

保健師 伊藤 志穂

編集後記

7月に入り暑い日が続いていますね。熱中症に注意が必要ですね。水分補給、睡眠、バランスの良い食事など、ちょっとしたことですが普段以上に気を配って体調を崩さないようにしましょう。

ついつい暑いので冷たいものがほしくなりますが、体の中を冷やし過ぎると秋になって体調を崩すもと(秋バテ)になります。

上手に夏を乗り切りましょう。 保健師 高橋 可奈英

