

全国安全週間(7月1日~7月7日)

全国安全週間とは、安全に対する意識と職場の安全活動の向上に取り組む週間です。

新たな時代に PDCA みんなで築こう ゼロ災職場

エイジェックグループで特に多い事例は「職場及び通勤時の転倒」「自動車での追突」「右折時衝突」です。
全国安全週間の間は交通事故や労働災害を0を目指しましょう！

「ながら」はしない



- ・「スマホを見ながら」「モノを探しながら」は厳禁です

余裕をもった出発



- ・5分でも早く出発することで心に余裕をもちましょう

あちこちを意識



- ・ぼんやりを防ぐために、目線を前後左右に動かしましょう

車間距離を十分に



- ・前の車が標識等を越えてから「ゆっくり2秒」数えましょう

炎天下や屋外でなくても熱中症にご注意

熱中症が起こりやすいのは、太陽が照りつける暑い日だけではありません。以下のチェック項目で、自分の働く場所や自宅の環境を見直してみましょう。また、朝食を抜いたり、前日の飲みすぎも熱中症につながります！本格的な夏を迎える前に、下のチェック項目を参考にして熱中症対策をたてましょう。



チェック項目

適切な温度環境にしよう (28℃以下か湿度60%以下)	職場でも特に湿度が高い場所がないか確認しよう
通勤経路や職場の涼しい場所を確認しよう	身体を冷やグッズなどの用意をしよう
仕事の合間に水分&塩分補給をしよう	作業服(制服)は通気性の良い素材にしよう
体調が優れていないのに無理に仕事をしないようにしよう	屋外作業の場合、日陰・風通しの良い場所で休憩を取ろう

冷房病と夏バテ対策をしよう

熱中症にならなくても夏は体調を崩しやすくなります。冷房病や夏バテの予防は熱中症予防にもつながります。暑いとついカンタンな食事やシャワーだけで済ませがちですが、省略せずに自分をいたわりましょう。

十分な休養



- ・眠るときの温度は28℃にし直接冷風が当たらないようにしましょう

栄養不足に注意



- ・たんぱく質やビタミンB1、ミネラルが豊富なものを頂きましょう

血行をよくしよう



- ・浴槽に浸かったり、寝る前にストレッチをしましょう



来月の行事

夏季衛生管理強化月間
食品衛生週間
防災週間(8/30~9/5)

上記を意識して、夏バテせずに元気よく夏を過ごしましょう！