

# 年末年始無災害運動



12月15日から1月15日は、『年末年始無災害運動』です。  
～ 年末年始も 安全作業 あなたが無事故の キーパーソン ～  
明るい新年を迎えられるように、日ごろの行動を、見つめ直してみましよう

令和2年の「休業4日以上」の労災発生件数が、最も多かった月は、何月だと思いますか？

正解は、12月です。 [※厚生省：令和2年の労働災害発生状況より](#)

慌ただしい年末は、ひと呼吸おいて、業務にあたってみましよう。



## 年末年始の救急搬送

大晦日や正月の時季に増える、積雪や凍結、お酒の場面では、「もしかしたら？」と行動を見つめるチャンスです。

【12月、1月の救急搬送の特徴】

- ①急性アルコール中毒
- ②積雪や凍結による転倒
- ③餅をノドに詰まらせる



※引用元：東京消防庁

## 作業手順の遵守

作業手順は、過去のケガを教訓に、見直して作成されていることがあります。作業手順通りに作業できているか、手順書で答え合わせをしてみましよう。



[エイジェックチャレンジ | 労災予防ポスター](#)



## 冬の交通安全

冬用タイヤやチェーンだけでなく、冬を前に心の準備も整えておきたいものです。

### 冬季に注意するポイント

灯油を運んでいるときに転倒するなど、冬季ならではのハプニングが発生しています。凍結した路面に滑ったことによる事故は、昨年8件発生しています。

この時季に注意すべき点を、確認しましよ。 [※積雪・凍結道路の注意ポイント | 国土省中部整備局](#)

### 「ちょっとだけ」でも、停車

カーナビの操作や、エアコンの操作は、安全な場所に停車をしてから行いましよう。

運転しながら助手席の荷物を取ろうとして発生した事故が昨年度3件発生しています。



## 年末年始の過ごし方

クリスマス料理に、おせち料理やお雑煮。年末年始は楽しい料理が、たくさんありますね。

### お酒と上手な付き合い方

健康に影響がでてしまうと、禁酒をしなくてはいけなくなります。節度ある適度な飲酒を楽しみましよう。

- ①飲酒量を決める
- ②お酒の買いだめをしない
- ③空腹でお酒を飲まない



### カロリー制限の前に

1日に必要なカロリーを、知っていますか？年齢により、必要なカロリーは異なります。カロリーを制限する前に、自分に必要なカロリーはどれくらいなのか確認をしましよ。

※日本医師会：1日に必要な推定エネルギー必要量



来月の行事 ①防災とボランティア週 ②安全衛生教育促進運動