

安全週間に当たって

兵庫森林管理署長 川畑 宏二

職員皆さん、一般会計としてスタートした体制の中で、国有林のみならず、民有林との連携も踏まえつつ、森林の多面的機能の発揮に力を注ぐという方向に向け、日々業務に精励されていることと思います。

今年、記録的な少雨となった梅雨と余りにも早い夏の訪れに、心も体も追いつかない日々が続きましたが、ここに来て、やっと本格的な雨の季節となったようです。

今年度も七月一日から七月七日まで、「ハツとした 事例をみんなで共有し 活かして築こう ゼロ災害職場」をスローガンに、国有林野事業安全週間に実施されます。

当署は、現時点で5年以上の無災害を継続中であり、これまでの職員皆さんの安全活動に敬意を表すると共に、今後における取組みの継続をお願いしたいと思います。

近年の災害の傾向とすれば、日常的に刃物や機械を使用する業務の減少に伴い、歩行中の転倒・滑落、交通事故による災害の割合が多くなっているのではないのでしょうか。境界管理、收穫調査、林野巡視、事業監督など、私たちの業務は森林を歩くことがベースにあります。足元注意は当然ですが、危険を予測して回避する行動も同時に求められます。今年度のスローガンにあるように、一人ひとりのヒヤリ・ハット事例は少ななくても、みんなで事例を共有し、他人事と聞き流さずに自分の行動に置き換える作業が重要となります。

また、車を運転する際に自分に言い聞かせていることですが、「他人（他車）のルール無視やマナー違反に極力腹をたてない。」を心がけようとしています。直進車を無視するかのような右折、右左折直前の方向指示器点滅、方向指示器すら出さない車に当たり前のように遭遇する毎日、難しい場面もあるのですが、心の平静を保つ事が、事故をしない、事故をもらわないコツだと頭の中で繰り返しています。私の防衛運転の心構えですが、皆さんもお試しく下さい。

今年の安全週間行事については、例年同様の取組みとなりますが、基本動作は繰り返し行わなければ身につきません。また、環境整備や車両点検なども集中的に行いますので、遵守事項の定着に向けて、一人ひとりがこの機会を捉えて取り組みをお願いしたいと思います。

併せて、近年増加傾向にある熱中症への備えも十分に行うようお願いいたします。毎朝の自分の体調と相談し、場合によっては計画変更を行うなどの対応も必要になるでしょう。安全活動は健康管理から始まります。自己管理を怠りなく、健康にも留意していただくよう重ねてお願いします。

最後になりますが、今後とも、明るく、前向きに仕事ができる職場環境が保てるよう、みんなで努力したいと思っておりますので、よろしくお願いいたします。



平成二十五年 国家公務員安全週間

◆ 期間

平成25年7月1日～7日

◆ スローガン

「まず確認 そのひと手間で 事故はなし」

国家公務員安全週間は、各府省、各機関が災害の根絶を期して、安全管理に関する施策の充実、安全意識の高揚及び安全活動の定着を図り、職員の安全を確保することによって公務効率の向上に資することを目的として行う。



◆ 国有林野事業スローガン

「ハツとした 事例をみんなで共有し

活かして築こうゼロ災害職場」

過去に発生した重大災害を教訓に、二度と重大災害を出さないとの決意のもと、災害絶滅に向けて、作業基準・交通法令等の基本的遵守事項の完全定着をめざして、職員が一丸となって実効ある安全諸活動を積極的に展開することにより、「災害の撲滅」に向けて取組を強化する。

7月の安全目標

「水分補給と健康管理で、熱中症を予防しよう。」

安全標語入選作品

安全衛生の部に43点、交通安全の部に30点の応募があり、健康安全協議会で審査をした結果、次の標語が選ばれました。たくさんのご応募ありがとうございました。

◆ 健康安全の部

気づいたあなたがひと声かけて

目配り・気配り・KY活動

岩田 幸治

過去の教訓災害事例

今に活かしてゼロ災職場

中村 誠幹

「滑った」、「転んだ」続く災害

足元確認 足場確保第一に

松柏 弘一

◆ 交通安全の部

車間距離詰めたままの後続車

先を譲って防衛運転

中村 誠幹

スピード控えて法令遵守

時間と気持ちにゆとりを持たせ

いつも実践無事故、無違反

柴田 隆文

なれた道

くるかもしれない対向車

大柿 芳則

自動車は、「便利な乗り物」

あなた次第で「危険な乗り物」

ルールを守って安全運転

松柏 弘一

相手への思いやりで事故回避

心にも安全装置を標準装備

野田 晋一

災害ゼロを目指して

災害をゼロにするためには、安全管理・健康管理と職場の自主活動とを一体として推進することが重要で、職員全員が、それぞれの立場、持ち場で災害防止活動に参加し、衆知を集めて問題を解決してゆく、明るいきいきとした職場風土をつくるのが基本になります。

そのためには、管理監督者による安全管理・健康管理の徹底及び職員それぞれの安全の先取り、自主的活動の活発な展開が必要です。これらを一体とした諸活動の一層の促進を図る必要があります。

1 ゼロの原則

単に災害だけがなければよいという考えではなく、事務所や山に潜むすべての危険を発見・把握・解決し、根底から災害をゼロにしてゆくという考え方です。

2 先取りの原則

究極の目標としてのゼロ災害の職場を実現するために、災害が起こる前に、事務所や山にひそむ危険の芽を摘み取り、安全を先取りすることです。

3 参加の原則

事務所や山にひそむ危険を発見・把握・解決するために、全員が一致協力してそれぞれの立場・持ち場で自主的自発的に問題解決行動を実践することです。

職員の皆さん、今一度初心に振り返り基本動作を徹底し、災害は絶対に起こさないとの決意を新たに、職員全員で声を掛け合ってゼロ災を継続しましょう。



ハチ刺され災害を防ごう！

日本では毎年20人前後の人たちがハチに刺されて命を落としています。人間の生命を脅かす自然界の生き物としては毒ヘビや熊よりも危険と言われています。要注意の時期は、5月頃から飛び始めて、巣ができるのは7月に入ってから。7月から10月ぐらいが危ない時期です。

特に刺すハチの中で怖いのは、**スズメバチ**と**アシナガバチ**です。まずはハチの習性を知り刺されないことが肝要です。

1 ハチの習性を知ろう！

ハチはすべて子供を守るために刺します。巣が近くなければ掴みでもしないかぎり決して刺しません。まず巣に近づかないことです。ハチが斜めに空に向かって飛ぶ時や上空を大きく旋回しているような時は、そばに巣があることが多いです。

もし、うっかりハチの巣を刺激してしまい安全な距離がとれない時は、地面に伏せて体勢をなるべく低くし、動かないことです。

2 ハチに刺されない対策

- ・ 白い衣服を着る。
- ・ 身を低くする。
- ・ 整髪料、香水を付けない。
- ・ ハチに遭遇したら後ろにゆっくり下がりがらに逃げる。
- ・ ハチの巣に近づかない、揺すらない。
- ・ 手で払わない。

3 刺された場合の対処

- ・ すぐに毒を絞り出し（口で吸い出さず、指でつねって絞り出す、吸引器ポイズンリムーバー使用）。
- ・ 良く水で洗って冷やす（毒の回りを遅くする）。
- ・ 抗ヒスタミン軟膏等を塗布。（アンモニ

アは効かない)。
 ・全身症状(じん麻疹、顔面の腫れ、吐気、嘔吐、呼吸困難、動悸等)、自動注射器使用判定基準表「中程度以上」のショック症状が現れたと判断した場合等に、自己注射をする。
 ・同僚等は、署へ連絡し、被災者を医療機関へ移送する。

自分はハチに強
 いから大丈夫と侮
 ってはダメです
 刺されないと
 とはもちろんのこ
 と、万が一刺され
 た場合には、安静
 にして様子を観察
 し、冷静な対応が
 必要です。

ダニ刺咬予防対策

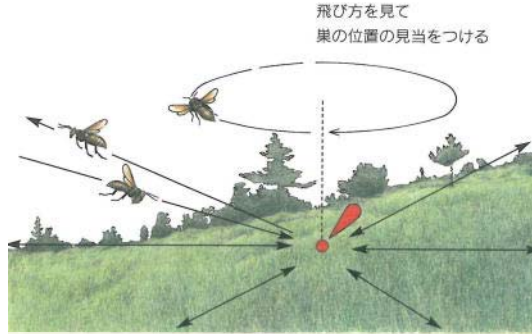
マダニによる媒体性疾
 病については、これまで
 もライム病、日本紅斑熱、
 ツツガムシ病が報告され
 ていたが、平成25年1月



フタオゲチマダニ
 成虫(オス) 約2.3mm

以降、新しいダニ媒介性疾患「重症熱性血小板減少症候群」(SFTSウイルス)による感染症患者が報告され、死亡者が報告されています。

マダニによる刺咬被害は全国的に報告されており、山林のマダニの生息地で、接触しやすい環境下で仕事をしている林業関係者の被害事例が、もつとも多く報告されているところですが、しかし、この度のウイルスにおける感染症の



事例は一部地域における少数の事例であり、現段階では有効な抗生剤・治療方法等が開発されていません。

マダニによる刺咬予防及び刺咬後の処置等が確実に行われることが重要です。

■服装

- ①皮膚の露出は避ける。
- ②長袖、長ズボン、長靴下等を着用し、衿首、袖口、裾からダニが入り込まないように、**そで締め、すそ締めりのよいものを着用する。**

■作業中、作業後等における対策

- ①休憩、休憩時間等には、自分の衣服をたたいてダニを落とす。敷物等を工夫し、**地面に直接腰を下ろさないよう心掛ける。**
- ②必要に応じてダニ忌避剤を使用する。

- ③終業時には、ダニが付着していないか**お互いの服装**(頭部、耳の中と後部、首の周りを含む)を**点検し合う。**

- ④帰宅後、入浴時等において、刺咬頻度の高い頭部(髪の毛の中)、耳の中と耳の後部、首の周り、わきの下、そけい部、大腿内側、膝の後部などにダニや刺咬痕がないか確認すること。
- 野生動物等には、直接触れないこと。

歩けば痩せる

総括森林整備官 後藤 崇幸

平成6年の新規採用が山崎営林署で1年勤務しましたが、昔のことはほとんど記憶から消えてしまいました・・・
 兵庫署に転勤する前は、丸11年本庁勤務が続きましたが、その間、不規則な生活と運動不足のためか、それほどお酒を飲んでるわけでは無いのに、肝機能の数値は悪化の一途をたどり、尿酸値は二ケタになり、体重も70kgを超えてし

まいりました。
 平成22年の健康診断のとき、このままでは脂肪肝から肝硬変、臓器がんになってしまおうから、がんばって痩せて、と言われたのがきっかけで歩き始めました。

最初のうちは、すぐに足が痛くなってしまいました。数ヶ月もすると、体も徐々に軽くなり、もつと歩きたい、歩かないと気持ち悪いぐらいになり、毎日、朝昼晩と日比谷公園や皇居周辺を、猛暑でも真冬でも歩き、雨が降っても地下道を歩くほどになってしまいました。多いときには1日10kmぐらい歩いていました。その結果、1年で、体重は10kg減、体脂肪率も10%台前半に、健康診断の結果もオールAになりました。
 40代目前で、こんなに体に変化するとは思いませんでした。これほど歩きまくれば確実に痩せますね。

こちらでは、幼稚園まで子供を自転車ですること、痩せてから始めたロードバイクを続けたいと思います。ロードバイクは、官舎がさいたま市にあったので、荒川流域を中心に走っていました。どこに行っても平坦なコースばかりでした。それに比べると、中央周辺はどっち方面に行っても激坂ばかりなので、なかなかしんどいです。いまのところ、走りやすいルートを探しながら、千種川、夢前川流域をウロウロしています。先日、揖保川の河口までは走ったので、大怪我をしないように心がけながら、秋までには日本海まで走れることを目標に更なる軽量化に励みたいと思います。



日々の仕事と趣味を充実させるために！

治山技術官 山本 康二

広島で新規採用の後、奈良県十津川村で3年、そして今年の4月から神戸治山事業所での勤務となりました。都会と田舎を行ったり来たりしておりますが、どこも一長一短があり充実した生活を送っております。

さて、安全衛生というテーマで今回の原稿を依頼されたわけですが、実は日頃から気にしている事があります。それはここ2、3年の健康診断の結果、尿酸値が7を超えてきております。痛風予備軍です。以前知人が朝起きたら発症しており、痛すぎて立てなかつた話を聞きました。自分も若いから大丈夫と油断していたら、仕事に支障がでることはもちろん、大好きな趣味の野球が出来なくなることになり、それだけは絶対に嫌だと思い、気を付けるようしています。特にビールはプリン体や糖質がOFFのものを選ぶようにし、なるべく焼酎などに変えるよう心がけています。また、食事の時は野菜を多く食べるようにしています。今年の健康診断も無事に終わり、どのような結果となるかドキドキしていますが、この結果だけでなく、常に健康への配慮を忘れないようにしていかなければいけないと改めて感じています。

もう一つ、最近感じているのは体力・筋力の低下です。これも「まだまだ若いよ」とよく言われますが、自分の筋力低下を認識せず、無理をしてケガをしてしまうこともあると思います。小さなケガなら、それを機に認識すること



となると思いますが、一生に関わるようなケガになつてしまわないよう、日頃から自分の体力を把握するとともに、なるべく徒歩や自転車での移動や階段の使用などを心がけ運動不足とならないよう努力していこうと思います。

毎日の仕事や趣味を充実したものにするため「・・・やっぱり基本的なことですが、「日々の健康管理」と「適度な運動」を怠らないよう、これからも心がけていきたいです。」

歩行中イベント

主任事務管理官 藤本 新也

平成4年度の採用から今年で22年目となり、4月からは近畿中国局で4箇所目の兵庫署勤務になりました。

これまで大きな災害になつた経験はありませんが、蜂やアブに刺されたり手足に擦り傷が知らぬ間につくこと、歩行中の転倒は多々あります。

夏場は蜂対策として使用する防蜂網は、蜂だけでなく、ブヨや蚊、アブなどにも効果がありません。特に収穫調査の時や笹藪の中での移動では、枝や葉などが直接目に当たらないため、作業に集中できます。夏場のアブや蚊、ブヨなどがよく顔の周りを飛び回り、眼や耳・口に入ることが、無くなりません。はじめは、防蜂網を被ると「視界が暗くなり、歩きにくい」「風通しが悪くて暑い」「枝などに引っかかり易い」と思っていました。使っているうちに、「付けていない方が視界が明るいです、風通しもよいが、いきなり蜂に刺されるよりました」「顔の擦り傷や直接目に物が当たること」がなくて安心する」と思うようになり、慣れれば気にならず利用できるようになりました。

また、私は、林内歩行中によく転倒しており、歩道の上り坂、等高線沿いの歩行中、斜面の上下移動中など、注意して歩いているつもりですが、現場から帰るとズボンが泥まみれになっていることがよくあります。これは、無理な姿勢からの行動や、不安定な状態からの行動、体力の疲れによる運動機能の低下、集中力の途切れなどの状態が原因で転倒したと考えています。

2、3歩別のルートで進めば無理な体勢にならなかつたり、体のバランスを安定させた後で移動すれば、転倒することがなかつたと、後で考えればわかることがその時はここまで考えずに行動をした結果でした。また、自分では足を上げたつもりが障害物を越えていなかったことは、普段の生活でもよくあります。

こうした歩行中の転倒等は、自分自身で注意し行動することはもちろんですが、他者からの注意の呼びかけで再認識することができることも、自分では気がついていない注意すべき点も確認できるはずですよ。

今思えばこうしたことは、新規採用時から諸先輩方から現場作業の際には、よく注意されたことを、今回改めて思い出しました。その時は注意していても、時間が経ち慣れてしまうと、注意されていた自分の行動を忘れてしまい、同じことを繰り返している。

こうした行動をなくすために、日ごろから注意して行動していきたいと改めて感じました。

■夏本番を迎えるこの時期。自分に合った健康管理で体調を維持しましょう。

