

## 作業基礎訓練台の考案について

新城営林署 齋藤利治  
宮島 公

私達が従事する造林事業は、鎌を使用しての作業のウェイトは、一年の内の大半を占めております。下刈、除伐、地柙等々、すべての作業を通じてその種類や、軽重は異なるが、鎌を使用して事業実行をしております。

この鎌を使用し、体力を消耗せず、しかも能率よく、安全に作業ができないものか、又、その使用する鎌が自分の得手、不得手に関係なく自由自在に、自分の思った所に、刃先が命中できないものだろうか。そして、不安全行動の最たるものである逆手、逆足にならないためにはどうしたらよいただろうか、毎日ない知恵をしぼり考えていたところ、たまたま、通りすがりに、お百姓さんの鎌の使い方を、見るともなしに見ていると、自分の体が疲れてくると、左右、自由自在にその鎌を使い分け、作業工期を落すことなく、リズムカルに行動している様子が目に映り、これにヒントを得、更に班員で討論し、研究し、上司の方々の助言を参考にし、考えてきました。私が考案いたしました、作業基礎訓練台について説明させていただきます。

基本動作の徹底、これは非常に大切なことではありますが、又、守りにくいものであります。この動作を、逸早く自分のものとするのが、第一条件であります。しかし、これは、いずれの作業も同じかと思いますが、特に鎌を使用しての作業はともすると、自分が一番得意とする持ち方、すなわち、不安全動作になりがちで、そのために逆手、逆足になる恐れが生じます。これは絶対にやってはいけない原則なのですが、あるとしたならば大変なことです。

私達は、過去の災害の記録をひもとき、そのほとんどが、逆足による災害が多いことに気づき、全員で話し合い、工夫を重ねて、先ず、上間に棒杭を立てて、得て、不得手を問わず交互に鎌を持ち替えて、その立てた棒杭に、ある一定のところへ、目標を定めて鎌を切りつけ、逆手、逆足にならないような体勢により、完璧な安全作業が、やがては意識せずとも、自から守れる確信のもとに始め、ただ今も特訓中です。その行動の中から考案したのが、基本動作の訓練台です。(写真参照)訓練台は直径8cm、長さ1mの荒削り丸太を、垂直に台に取り付けます。衝撃により、その台が動かないように、台の厚さ約20cm、長さ1m、巾30cmの台の中心に、丸太材をはめ込んで固定し、丸太材の両側にペンキをぬり、目標をつけたものです。この台に向って、鎌を右と左に持ち替えても逆手、逆足にならないような体勢で、危険防止のため刃を潰した訓練用の鎌を使って、切りつけを繰り返し練習しております。

鎌を左手を前に構えて持ち、左足を前に出し、右足を引き、上から「1・2・3」。「1・2・3」。「1・2・3」。次に右手を前に持ち替えて、右足を出し、左足を引いて、「1・2・3」と、元氣よく掛け声をかけて、毎朝訓練を行っております。

さて、このことについて、山で働く私達の中には、右ききの人もおれば、左ききの人もおり、種々様々で、過去なが年ただ働けば良いという、自由な、しかも、不安全作業の形を先輩より受け継いできた面もあり、その鎌の持ち方、構え方が千差万別で、それが板について今日に至り、基本動作に対して、あらゆる指導を押し進めても、なかなか守られぬきらいがあり、そこで、私達は、討論し、苦慮を重ねて、無意識のうちにこのような安全作業ができ、かつまた、類似災害防止のため、上司の方々に注意されずとも、おのずから、安全な基本動作を身につけるため、確信を持って始めました。

なんの変哲もない、安全作業基礎訓練台の試作品ですが、どこの場所へも持ち運びができ、私の班では、全員こぞって、あたかも剣道の掛声のように鎌を握って、段戸の山谷にこだまする元気な声で、「1・2・3」「1・2・3」と、鎌を振り下ろす度に、「ポン、ポン」と、跳ね返る、何とも言えぬ快音を耳に、たゆまぬ訓練と、努力を重ねています。この、私達のマスコットの訓練台こそ、なくてはならない、安全に寄与する唯一のものと云っても、過言ではないと思います。

以上の、作業基礎訓練台を利用した基礎動作訓練のほか、私達の班では、毎朝、仕事開始前に次の二点を合せ実行し、安全と健康の確保に努めております。それは、「鉄棒ぶら下がりでの腰痛予防」と「青竹渡りの健康法」です。

まず、鉄棒ぶら下がりですが、班長、又は、安全週番がタイムを計って、1分間は必ず、腰など動かして、ぶら下がり義務づけました。当初は抵抗もありましたが、今では、各自が積極的に、進んでぶら下がるようになりました。この頃では、腰痛や、肩こりを訴える者もなくなりました。

次に青竹渡りの健康法ですが、(写真参照)梯子状の上を渡るものです、「1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10」と呼称して渡り、折り返してこの動作を一人、3回実行しております。又、別の方法として、山の休憩小屋の座席の下に青竹を置き、昼の憩いの時に、地下足袋をぬぎ、素足をのせて、昼食をしながら疲れをいやしております。特に、造林は、歩く作業だけに効果が現れてきました。血の循環も良く、胃腸も快適になり、この方法は、医者泣かせとも云われ、自然のまままで実行ができます。この青竹渡りは、林道ぎわに取りつけてある関係上、民間の方々も興味深く渡ってくれまして、今では話題となっております。

私達は、以上発表しました三つのことを標語になぞらえて、「鉄棒1分、動作2回、青竹3回で健康バグゲン」とかけ、毎朝このような順番で、臨時作業員の方々も含めて、全員で実行しております。

この、作業基礎訓練動作と、鉄棒ぶら下がりの1分、青竹渡りの実行が成果をますます実らせ、安全の要となり、事業遂行の糧ともなり、健康を招いて、明るく、チームワークの良い、無類の安全な、俺が班に、いや、もっと、もっと自己啓発し、更には、皆さんにも普及して、安全な、楽しい、明るい職場に努力したいと思います。

以上、私の発表は終らせていただきます。

<附 表>

作業基礎訓練台の五つの効用

- ① 作業能率の向上
- ② 基本動作の習得（安全作業の確保）
- ③ スムースな動作による体力の持続
- ④ 自己の意志通りの箇所へ刃先が命中
- ⑤ 動作を通しての安全意識の昂揚

