

安全衛生だより

発行

公益財団法人
いわき市教育文化事業団
総括安全衛生管理者
石井和一

いわき市常磐藤原町手道
50-1

☎0246 (43) 0391

平成30年11月30日
第12号

平成30年度
安全衛生
スローガン

安全衛生委員会パトロール実施報告

安全衛生委員会では定期的に発掘現場及び各施設のパトロールを実施し「安全な職場」を目指して活動しています。

今年は全国的に労働災害が多発しており、安全管理の強化が重要視されています。事業団全体で職場での労働災害の発生防止に努め、作業場周辺の見直し・改善による安全な職場環境づくりと、心身ともにゆとりを持った行動を心がけましょう。

●安全管理者パトロール

4月23日 中ノ坪△遺跡（泉町） 試掘・確認調査（）

5月22日 専称寺境域（平） 試掘・確認調査（）

7月26日 北境遺跡（勿来町） 試掘・確認調査（）

8月21日 割目遺跡（矢祭町） 本発掘調査（）

10月2日 割目遺跡（矢祭町） 本発掘調査（）

●施設パトロール

6月14日 アンモ・海浜・文学館・プラザ（猪狩・長谷川）

9月20日 考古・伝承郷・勤青ホーム・文歴（委員長・木幡・熊野）

11月14日 アンモ・海浜・文学館・プラザ（木幡・荻・尾股）

起震車による防災訓練



福島県いわき海浜自然の家では、平成30年1月6日（火）に消防訓練の一環として起震車体験を行いました。

自然の家所員やそのほか施設業者も参加し、机と椅子が設置された車内で4名ずつの体験をしました。まず地震発生のアナウンスとともに揺れ始め、徐々に大きくなり最終的には最大震度

日常の 危険が潜む 思い込み
声かけて 気配り目配り 事故防止
見直そう 生活習慣 職場環境

谷津 健二

長谷川 由美

荻 哲郎

7で大震災レベルのマグニチュードを体感しました。

大きく揺れる車内では、机の中に身を潜めようと試みるも、なかなか上手く行動できずに机の脚にしがみついたのがよつとの状態でした。体験を終えてふらつきや、震災当時を思い出すひともいました。いわき市にも大きな被害をもたらした東日本大震災から間もなく8年が経とうとしています。今後再び災害が起こった場合でも、パ



ニックにならず適切な対応ができるよう常に心掛けてまいります。

衛生管理者からのお知らせ

今年もインフルエンザが流行する時期がやってきました。また、流行シーズンはもう少し先ですが、風しんも感染力の高いウイルスによる病です。正しい知識や予防で、健康的な生活を送りましょう。

インフルエンザの症状と処置

インフルエンザの特徴的な症状としては、急な38度以上の高熱・咳やのどの痛み・嘔吐や下痢・全身の倦怠感に伴うなどの症状が挙げられます。このような症状が出た場合には、早めに医療機関を受診しましょう。特に幼児や高齢者、持病のある方、妊娠中の女性は、肺炎や脳症など、重症化する可能性があります。

※発熱12時間未満の場合、検査の結果が陽性にならないことがありますので検査は発熱後12時間以上経過してから受けた方が良いでしょう。

医師が必要と認めた場合は、抗インフルエンザウイルス薬が処方されます。薬の服用を適切な時期（発症から48時間以内）に開始すると、発熱期間は通常1〜2日間短縮され、ウイルス排出

量も減少します。発症後48時間以降に服用しても十分な効果は期待できませんが、医師の指示（用法や容量、服用回数など）を守って服用して下さい。

インフルエンザを

予防するには？



【①正しい手洗い】

しっかりと石けん液を泡立てることで、手全体や手のしわなどに石けん液がいきわたる。親指や指先、指の間などは手衛生が不十分になりやすいと言われています。手を漠然と洗うのではなく、指の間、手首、爪の間などを含め、丁寧にこすり洗いしましょう。

【②普段の健康管理】

インフルエンザは免疫力が弱っていると、感染しやすくなり、感染した時に症状が重くなってしまっておそれがあります。普段から十分な睡眠とバランスのよい食事を心がけ、免疫力を高めておきましょう。

【③予防接種】

インフルエンザを発病した後、多くの方は1週間程度で回復しますが、中には肺炎や脳症等の重い合併症が現れ

て重症化するおそれがあります。インフルエンザワクチンを打つことで、発病の可能性を減らすことができ、また最も大きな効果として、重症化を予防することが期待できます。

【④適度な湿度を保つ】

空気が乾燥すると、のどの粘膜の防御機能が低下するため、乾燥しやすい室内では加湿器などを使って、適切な湿度(50%〜60%)を保つことも効果的です。

流行を防ぐには、原因となるウイルスを体内に侵入させないことや周囲にうつさないようにすることが重要です。感染を広げないために、一人一人が「かからない」「うつさない」対策を実践しましょう。

風しんのリスクと予防

風しんは、感染力の強い風しんウイルスに感染することで、発熱や発疹、リンパ節の腫れなどが生じる病気です。ほとんどの人は軽症のうちには治ります。

しかし、妊娠中の女性が感染すると、生まれてくる赤ちゃんに障害(先天性風しん症候群)が生じる可能性があります。

昭和37年4月以前生まれ	定期接種なし 自然感染による免疫がある人もいる。
昭和37年4月 ～昭和54年4月生まれ	中学女生徒にのみ1回ワクチン接種あり 男性は免疫のない人が多い
昭和54年4月 ～昭和62年10月生まれ	個別医療機関で中学生男女1回接種あり 接種率が低く、免疫を持たない人が多い
昭和62年10月 ～平成2年4月生まれ	男女ともに1回ワクチン接種あり 未接種の人もいるが接種率は比較的高い。
平成2年4月 ～平成7年4月生まれ	男女ともに2回受けているため、ほとんどの人が免疫を持っている。

平成2年4月2日以降に生まれた人は、子どもの時に2回の予防接種を受けることで、ほとんど風しんに感染することがなくなりました。しかし、それ以前に生まれ、乳児期、中学生の時に1度しか予防接種をしていない人は免疫が強化されおらず、時間の経過とともに免疫が低下してきている大人もいます。以上のような状況から、近年では風しんに対する免疫が十分でない大人の間での流行がみつけられます。

多くの自治体では抗体検査を無料で受けられる事業等を提供しています。赤ちゃんの健康を守るために、自身と周囲の人への配慮を忘れず風しん予防に取り組みしましょう。