



「ながら」をやめて「もしも」を考え安全運転

陸災防「令和元年度 安全衛生標語」交通部門入選作品



令和元年 9月 No.603
 発行所 陸上貨物運送事業労働災害防止協会
 〒108-0014 東京都港区芝5丁目35番2号
 安全衛生総合会館内 ☎03-3455-3857 代表
<http://www.rikusai.or.jp>
 (印刷物による年間購読料 3,600円)

○ 全国フォークリフト競技大会を埼玉県にて開催します (1)	○ 連載Ⅱ「陸運労災防止規程」について …… (15)
○ 前回全国大会優勝者からのアドバイス …(2)~(3)	○ 荷役災害防止担当者教育講習会(荷主向け)のご案内 …… (16)
○ 各都道府県フォークリフト競技大会上位者のご紹介 …(4)	○ 安全管理士の着眼点 …… (17)
○ フォークリフト荷役技能検定のご案内 …… (5)	○ [厚労省]長時間労働改善に向けたポータルサイト開設 (18)
○ 全国陸災防大会を滋賀県にて開催します (6)~(9)	○ 小企業無災害記録表彰 …… (19)
○ 「全国労働衛生週間」等のご紹介 …… (9)	○ 労働災害発生状況 …… (19)
○ 連載「マコマコ博士のメンタルヘルス」(10)~(11)	○ 建災防から補助金のお知らせ …… (19)
○ シーズン「トラックドライバーの健康」…(12)~(13)	○ 陸運業 死亡災害の概要 …… (20)
○ 「令和元年 秋の全国交通安全運動」のご紹介 (13)	○ 「STOP! 熱中症 ケーワークキャンペーン」実施中! …… (20)
○ 過労死等防止対策セミナーのご案内 …… (14)	

【全国フォークリフト運転競技大会】 第34回全国フォークリフト運転競技大会を 埼玉県にて開催します (9月29日(日)開催) 会場の紹介、前回大会優勝者からのアドバイスなど

陸災防では、フォークリフトの運転競技を通じ、遵法精神と安全意識の高揚、運転の知識と技能の向上を図り、職場における安全作業の確立と労働災害の防止を目的として全国フォークリフト運転競技大会を開催しております。

令和元年度開催の第34回全国フォークリフト運転競技大会は、9月29日(日)、埼玉県トラック総合教育センター（埼玉県深谷市：アクセスは下図参照）にて開催します。

前回大会より、「女性の部」を常設しています。「女性の部」の優勝者には「一般の部」同様、当協会会長賞及び厚生労働大臣賞が授与されます。

また、参加選手への応援も従来大会同様に可能です。ご来場お待ちしております。



鉄道：ふかや花園駅 徒歩約12分
 図 会場へのアクセス



大会運転競技の様子



会場 埼玉県トラック総合教育センター外観

大会プログラム

- 1 開会式 (9:00~9:15)
- 2 学科競技 (9:30~10:10)
- 3 点検競技・運転競技 (10:10~15:45)
- 4 表彰式 (16:15~17:00)

9月29日(日)に開催します「第34回全国フォークリフト運転競技大会」に向け、第33回大会において優勝された大沼亨さん（一般の部）、長谷川あやのさん（女性の部）に好成績の秘訣、第34回参加選手へのアドバイスを伺いました。ご参考にしてください。

【前回大会一般の部優勝者からのアドバイス】

自分を信じて

第33回大会 一般の部 優勝 大沼亨さん

現在の職務内容（日々フォークリフトをどのぐらい運転しているか等）をお聞かせください
業務内容によっては倉庫でのフォークリフト作業もありますが、主に大型トラックに乗っています。

優勝されてから周囲の変化はありましたか

優勝後、地元新聞、地元テレビなどから取材を受け、周りから声をかけていただくことが多かったです。社内では指導員研修を受け、指導員に任命されました。

優勝されてから、ご自身の心境やフォークリフト運転に対して等、変化はありましたか

大会に挑戦するようになってから、安全に対する意識が高くなったと感じています。

第32回大会に出場した後、「フォークリフト荷役技能検定1級」*を取得しました。

荷役作業中（運転中）に心掛けていること、意識していることを教えてください

死角の安全確認を特に意識しています。

優勝された大会について、どんな心境で競技に臨まれましたか。また、練習・勉強をどれくらい行いましたか

● 地方大会

最後の出場と決めていたので、悔いの残らないようにやろうと思いました。テキストを常に持ち歩き、運転、点検の練習も時間があれば行っていました。

● 代表選手になってから

全国大会前にメンタルを崩すと全てがダメになるので、気持ちを崩さないことを重要視していました。

● 全国大会前日

緊張はしていましたが、メンタル面も含め、いい感じに仕上がっていたので、今までの過程を思い返し、自信を持って大会に挑もうと思ひ、当日が楽しみでした。

● 全国大会 学科競技

ここで失敗したら、点検、運転もダメになると思ひ、慎重に臨みましました。

● 全国大会 点検競技

控室で気持ちを落ち着かせ、いいイメージを作って点検競技に臨みましました。

● 全国大会 運転競技

学科も点検も大丈夫だと思っていたので、気持ちよく運転競技ができました。練習どおりにやることを意識しました。

優勝することができた秘訣をお聞かせください

家族、職場に理解と協力をしてもらひ、会社に大会に臨むための環境を作ってもらったのが大きかったです。感謝の気持ちがとても大きかったので、日々の努力はそれほど苦には感じなかつたです。絶対に自分が優勝するという強い意志を持って取り組みました。

優勝された感想をあらためてお聞かせください

優勝だけを目標に取り組んできたので、結果が出てうれしかったです。

周りのみなさんには感謝しかありません。

今後の抱負、目標をお聞かせください

安全意識をより一層高め、広めていきたいです。

これから競技大会に臨む方々へアドバイスをお願いします

周りのサポートに対する感謝を忘れず、今までの努力を思い返し、自分を信じて臨んでください。自分の力をすべて出し切れるように頑張ってください。



【前回大会女性の部優勝者からのアドバイス】

悔いのないように

第33回大会 女性の部 優勝 長谷川あやのさん

現在の職務内容（日々フォークリフトをどのぐらい運転しているか等）をお聞かせください
自動車部品の輸送に関する業務に携わっています。フォークリフトは1日2、3時間運転しています。

大会に参加（優勝）されてから周囲の変化はありましたか

会社内はもちろん、会社外（特に荷主様）の方にも声を掛けてもらえるようになりました。

大会に参加（優勝）されてから、ご自身の心境やフォークリフト運転に対して等、変化はありましたか

誰に見られても恥ずかしくないようなフォークリフトの運転をするようになりました。今年の10月に開催される「フォークリフト荷役技能検定1級」*にもチャレンジします。

荷役作業中（運転中）に心掛けていること、意識していることを教えてください

「絶対に事故を起こさない。」そのためにすべきことを常に考えています。

作業中に女性オペレーターにとって有利な点、難しい点があれば教えてください

- 有利な点

周りの人がみんな優しいです。

- 難しい点

どうしても男性よりも体力は劣ります。仕方ないですね。

休憩時間はどのように過ごされていますか

トラックで休憩しています。午後の業務に向けてリフレッシュするように心掛けています。

大会に参加し優勝された感想をお聞かせください

こつこつ努力してきたことが報われてうれしかったです。夢のような1日でした。

今後の抱負、目標をお聞かせください

定年退職するまで無事故でいることです。

これから競技大会に臨む女性の方々へアドバイスをお願いします

私は、悔いのないように自分が納得するまで勉強、練習しました。1番勉強して、1番練習した人が優勝できると思います。



前回大会一般の部 優勝 大沼亨さんの運転競技



前回大会女性の部 優勝 長谷部あやのさんの運転競技。

※…「フォークリフト荷役技能検定」につきましては、当誌5頁にてご案内しておりますのでご覧ください。

【支部の活動（フォークリフト運転競技大会）】

全国フォークリフト運転競技大会参加に向け、各都道府県で競技大会が開催されています（上位者のご紹介）

陸災防が9月29日(日)、埼玉県トラック総合教育センター（埼玉県深谷市）にて実施します「第34回全国フォークリフト運転競技大会」への参加選手推薦のため、また、労働災害防止の推進のため、各都道府県支部で「フォークリフト運転競技大会」が開催されています。

8月1日から9月7日に開催された各都道府県大会の上位者をご紹介します。（敬称略）

北海道 大会	
第1位	中村潤也
第2位	齋藤拓見
第3位	飯川翔太

岩手県 大会	
第1位	佐藤 盛
第2位	佐藤 克
第3位	熊谷崇浩

富山県 大会		
	一般の部	女性の部
第1位	中瀬涼太	畑野香織
第2位	高道 剛	
第3位	紅井純平	

東京都 大会	
第1位	小西和孝
第2位	小林信大
第3位	澤口芳美

神奈川県 大会	
第1位	青木隆一
第2位	藤田充廣
第3位	高根 精

静岡県 大会		
	選抜部門	一般部門
第1位	渡邊真一郎	久保田聖也
第2位	疋田和也	萱間浩太
第3位	河守俊樹	川嶋正孝

石川県 大会	
第1位	今村英二
第2位	堀田晃生
第3位	平澤勝己

福井県 大会	
第1位	大村喜男
第2位	清水昭博
第3位	長谷川亜希

静岡県 大会	
	女性部門
第1位	川畑恵梨
第2位	坪井暉美子
第3位	大石侑香

長野県 大会	
第1位	北島和輝
第2位	峰村拓人
第3位	片岡秀之

岐阜県 大会	
第1位	神谷昌希
第2位	花村裕達
第3位	大江 勲

	奈良県 大会	和歌山県 大会
第1位	前坂雄一郎	田中大輔

岡山県 大会	
第1位	三上 崇
第2位	遠藤雄仁
第3位	加藤良二

高知県 大会	
第1位	角先大和
第2位	依光和正
第3位	松本龍成

福岡県 大会	
第1位	森山洋平
第2位	添島 博
第3位	大塚将豊

大分県 大会	
第1位	中澤雄介
第2位	大塚翔太
第3位	赤嶺卓也

宮崎県 大会	
第1位	厨子正基
第2位	原田佳悟
第3位	黒木康太

沖縄県 大会	
第1位	中村大地
第2位	仲嵩元秀
第3位	玉榮信幸

令和元年 10 月 16 日実施 (受付中です!)

フォークリフト荷役技能検定のご案内



陸上貨物運送事業労働災害防止協会(陸災防)では、令和元年 10 月 16 日(水)、フォークリフト荷役技能検定試験を実施します。

この技能検定は、フォークリフト運転技能講習修了者等を対象に、より安全で正確かつ迅速な作業を評価・認定し、労働災害の防止に寄与することを目的とした制度です。

多数のフォークリフト運転者の皆さまのご参加をお待ちしています。

技能の程度について

- 1級** フォークリフト運転技能講習修了後 5 年程度のフォークリフトによる荷役作業の実務経験を有する上級のフォークリフト運転者
- 2級** フォークリフト運転技能講習修了後 3 年程度のフォークリフトによる荷役作業の実務経験を有する中級のフォークリフト運転者

受検資格

- 1級** フォークリフト荷役技能検定 2 級合格後 2 年以上の実務経験を有する者等 ^(注1)
 (注1) 平成 29 年度以前に実施のフォークリフト荷役技能検定 2 級試験合格者及びフォークリフト認定 1 級制度実技試験合格者が対象となります。
 フォークリフト認定 1 級制度実技試験合格者は、学科試験のみ受検できます。
- 2級** フォークリフト運転技能講習修了後 2 年以上の実務経験を有する者 ^(注2)
 (注2) 平成 29 年度以前に実施のフォークリフト荷役技能検定 2 級試験一部合格者は、不合格となっている科目(学科又は実技)を受検できます。

検定日

検定日 令和元年 10 月 16 日(水)

受検申請期間

令和元年 8 月 1 日(木)~10 月 7 日(月) 締切日消印有効

受検会場

受検地	北海道	岩手	秋田	福島	埼玉	東京	長野	静岡	愛知	愛媛	福岡
1級	学科	学科	学科	学科	学科・実技 実技受付終了	学科	学科	学科	学科・実技	学科・実技	学科
2級	学科	学科・実技	学科・実技	学科・実技	学科・実技 実技受付終了	学科	学科	学科・実技	学科・実技	学科・実技	学科・実技
2級 リーチ	—	—	—	—	学科・実技 実技受付終了	—	—	—	学科・実技	—	—

※1 級、2 級の实技はカウンターバランスフォークリフトにて実施 (埼玉と愛知会場では 2 級リーチの実技も実施)

受検費用

- 1 級** ・学科試験受験手数料 5,400 円 (税込)
 ・実技試験受験手数料 27,000 円 (税込) 合計 32,400 円
- 2 級** ・学科試験受験手数料 5,400 円 (税込)
 ・実技試験受験手数料 21,600 円 (税込) 合計 27,000 円

※お申し込み後のキャンセル料等については、当該検定の規定によります。

検定についての問合せ先

陸上貨物運送事業労働災害防止協会 技術管理部 (〒108-0014 港区芝 5-35-2 10F)

TEL 03-3455-3857 FAX 03-3453-7561

MAIL ginou-kentei@rikusai.or.jp



【陸災防全国大会開催のご案内】

第 55 回全国陸運労災防止協会を滋賀県にて開催します 大会プログラム、滋賀県観光のご案内

会員事業場が一堂に会し、①労働災害防止の意識の高揚を図り、その決意を新たにするとともに、②労働災害防止の取組について学ぶために、毎年、全国陸上貨物運送事業労働災害防止大会を開催しています。

第 55 回大会は、滋賀県大津市の「大津市民会館」にて開催いたします。

大会への参加お申し込みは、各都道府県支部へお願い申し上げます。

第 55 回全国陸上貨物運送事業労働災害防止大会

令和元年 11 月 7 日(木) 13:30~17:00

会場 大津市民会館 大ホール (滋賀県大津市)

プログラム

第 I 部 大会式典 (13:30~14:40)

第 II 部 講演 (14:50~15:10) 厚生労働省労働基準局

第 III 部 事例発表 (15:20~15:45)

「わが社の安全活動～風土改革～」

センコー株式会社 京滋主管支店

業務改善担当 課長 芳賀芳朋 様

第 IV 部 特別講演 (15:50~17:00)

「枠を破る」

三千院門跡 門主 堀澤祖門 師

【全国大会開催地のご紹介】

滋賀県でお待ちしております！！

陸運労災防止協会 滋賀県支部

令和元年 11 月 7 日(木)開催の「第 55 回全国陸上貨物運送事業労働災害防止大会」は、近畿ブロックの滋賀県(大津市)において開催されます。

全国から大勢の皆様方に歴史と文化の宝庫「滋賀県」へお越しいただきたく、陸災防滋賀県支部より滋賀県大会の魅力をご紹介します。

今大会は令和初の記念すべき第 55 回大会ということもあり、特別講演の講師選定にあたっては、滋賀県ならではの人物にとの思いから、伝教大師・最澄を開祖とする日本仏教の一大聖地として世界文化遺産にも登録された天台宗の総本山「比叡山延暦寺」において仏道を極められた堀澤祖門師^{ほりさわそもん}を講師にお迎えすることとなりました(写真 1)。師は現在、京都大原の三千院門跡門主をお務めになっていますが、若くして比叡山にのぼり千日回峰行と

並ぶ「十二年籠山行^{ろうざんぎょう}」という荒行を満行された高僧です。今回の講演テーマ「枠を破る」では、「生・老・病・死」の四苦の枠を打ち破り、あらゆる苦しみから解放され悟りを開いた釈迦の教えとともに己を忘れて他を利する人の生き方などについてお話しいたします。折角の機会ですのでご退席なさらず最後までご聴講いただけますようご案内申し上げます。

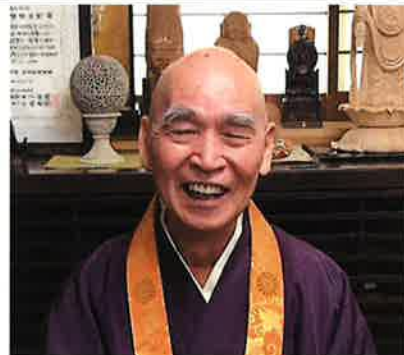


写真 1 特別講演者 三千院門跡 門主 堀澤祖門 師

さて、ここからは日本一の母なる湖、琵琶湖を預かる滋賀県の代表的な観光スポットをエリアごとにご紹介します。

<大津エリア>

万葉の昔から志賀の都としてひらけ、大津は近江八景で知られる風光明媚の地。比良、比叡の連山を背に、延暦寺(写真2)、三井寺、西教寺の日本天台三総本山をはじめ、日吉大社(写真3)、石山寺など荘厳な社寺が数多くあるエリアです。



写真2 国宝 延暦寺 根本中堂



写真3 国宝 日吉大社 西本宮本殿



写真4 白鬚神社

<高島エリア>

比良の山並みと紺碧の琵琶湖。美しい自然が広がる高島には、湖中に大鳥居がそびえ立つ白鬚神社(写真4)をはじめ、桜の名所、海津大崎やメタセコイヤ並木、棚田など、滋賀を代表する名勝・景勝地の数々があります。

<草津エリア>

東海道と中山道の宿場町として栄えた湖南エリア。今も残る草津宿本陣が当時の繁栄を偲ばせます。美しい円錐形の姿から「近江富士」と呼ばれる三上山、湖岸に向かえば、琵琶湖博物館(写真5)やハスの群生地、なぎさ公園など、水辺のリゾートエリアが広がります。



写真5 琵琶湖博物館のトンネル水槽

<甲賀エリア>

紅葉狩りが楽しめる国宝の堂宇を有す湖南三山。日本六古窯の一つ「信楽焼」で有名な信楽はタヌキの置物(写真6)で知られていますが、今秋から始まるNHK連続テレビ小説「スカーレット」の舞台にもなり、地元では大きな期待が寄せられています。



写真6 信楽焼タヌキの置物

<東近江エリア>

日野・五個荘では、近江商人たちが残した足跡と、活気あふれる町の賑わいが偲べれます。また、鈴鹿山系の山麓に佇む臨済宗永源寺派の総本山「永源寺」(写真7)や聖徳太子が創建した「百済寺」は紅葉シーズンに一段と美しさを増します。



写真7 永源寺の紅葉

<近江八幡エリア>

豊臣秀次の城下町「近江八幡」は、風情漂う八幡堀(写真8)を囲むように、商人屋敷やヴォーリズ建築が立ち並び、琵琶湖の原風景を残した水郷巡りや日牟禮八幡宮の左義長火祭りは全国的に有名です。



写真8 八幡堀

<彦根エリア>

堂々たる三重の天守が美しい天下の名城、国宝・彦根城。玄宮園と呼ばれる大名庭園(写真9)をめぐり、城下町を再現した夢京橋キャッスルロードで町並みを楽しめます。ひと足伸ばせば、「お多賀さん」で親しまれる延命長寿と縁結びの多賀大社、秋には人気の観光スポットとなる天台宗の三名刹・湖東三山が控えます。



写真9 玄宮園と国宝 彦根城

<長浜エリア>

豊臣秀吉が築き、北国街道の宿場町として栄えた長浜。レトロな町並みの黒壁スクエアは人気の観光スポットとして知られています。また、名だたる武将たちの熱き戦いに思いを馳せる賤ヶ岳や姉川の古戦場。琵琶湖に浮かぶ神の住む島「竹生島」(写真10)、日本百名山の一つ「伊吹山」など県内屈指の観光エリアです。



写真10 琵琶湖に浮かぶ竹生島

次に滋賀県を代表するグルメをご紹介します。滋賀県のグルメの代表格はなんとと言っても「近江牛」です(写真11)。近江牛は、豊かな自然環境と水に恵まれた本県で、長く飼育された黒毛和種を指し、その誇りと伝統、情熱は現代に引き継がれ、最近では海外へも輸出され高い評価を得ています。特徴は、その霜降り度合いの高さです。芳醇な香りと柔らかさを持ち、口に入れたとたんに広がるとろけるようなおいしさは、一度食べたら忘れない味です。また、次にご紹介するのは「湖魚料理」です。琵琶湖で育まれた小アユやホンモロコは、骨が柔らかく丸ごと佃煮や天ぷら、南蛮漬けとして美味しくいただけます。スジエビと大豆



写真11 近江牛のすき焼き

を甘辛く煮たエビ豆は郷土料理として古くから親しまれてきましたが、極めつけは、遠い昔、弥生時代に稲作と同時に日本に伝えられたとされる琵琶湖産のニゴロブナを食材とした「鮎寿司」は、乳酸菌を豊富に含んだ地味豊かな味わいで、滋賀を代表する発酵食品の一つです（写真12）。是非ご賞味ください。



写真12 鮎寿司

まだまだご紹介したいことがたくさんありますが、紙面の都合上お許し願います。全国の皆様、この機会に滋賀にお越しください、滋賀の魅力を一人数でも多くの方に体感していただければ幸いです。皆様のご来県を心よりお待ちしております。

（写真1～12：（公社）びわこビジターズビューロー）

全国労働衛生週間

期 間 10月1日～7日

準備期間 9月1日～30日

健康づくりは 人づくり みんなでつくる 健康職場

全国労働衛生週間は、労働者の健康管理や職場環境の改善など、労働衛生に関する国民の意識を高めるとともに、職場での自主的な活動を促して労働者の健康を確保することなどを目的に昭和25年から毎年実施しているもので、今年で70回目になります。毎年10月1日から7日までを本週間、9月1日から30日までを準備期間とし、各職場で職場巡視やスローガン掲示、労働衛生に関する講習会・見学会の開催など、さまざまな取組を展開します。

詳しくは次のURLをご覧ください（厚生労働省ホームページ）。

https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_05680.html

職場の健康診断実施強化月間

期間 9月1日～30日

職場の健康診断実施強化月間は、法に基づく健康診断及び事後措置等の実施を徹底するため、厚生労働省が平成25年度より全国労働衛生週間準備期間である毎年9月に集中的・重点的な指導を実施しているものです。指導の重点事項は以下のとおりです。

- (1)健康診断及び事後措置の実施の徹底
- (2)健康診断結果の記録の保存の徹底
- (3)一般健康診断結果に基づく必要な労働者に対する医師又は保健師による保健指導の実施
- (4)高齢者の医療の確保に関する法律に基づく医療保険者が行う特定健康診査・保健指導との連携
- (5)小規模事業場における産業保健総合支援センターの地域窓口の活用
- (6)「定期健康診断等における診断項目の取扱い等について」等の周知
- (7)「特定健康診査等の実施に関する協力依頼について」等の周知

つきましては、皆様におかれましては、従業員の健康診断及び診断後措置の完全実施に向け、一層のお取り組みをお願いいたします。

【連載 I】

メンタルヘルスのスペシャリストによる連載です

マコマコ
博士の

メンタルヘルス (第6回)

テーマ「**睡眠** その2
究極の『快眠法』を紹介します！！」

精神科医 夏目 誠

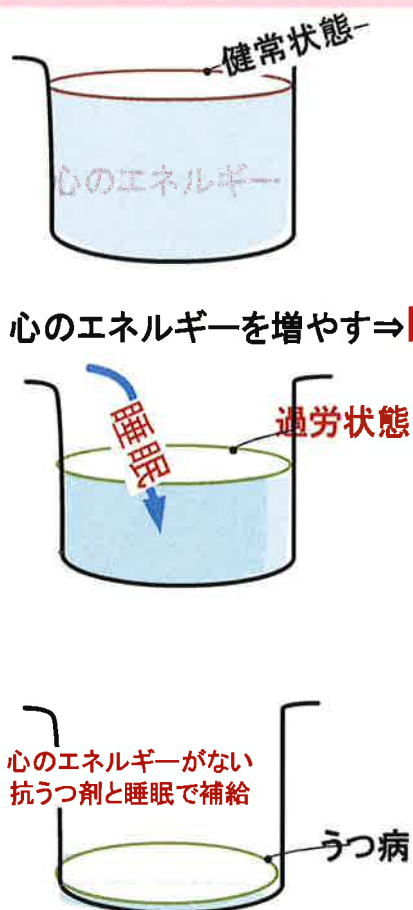


図1. 「心のエネルギー量」と「3状態像」

図1は、「心のエネルギー量」と「心の健康」の関係を示しています。ジャーネー博士の著名な学説です。例えばエネルギーのない状態が「うつ病」です。

「うつ病患者」に「がんばれ」と言っていけないのは、エネルギーがないからです。車に例えれば、ガソリンがない状態。では、どうすればエネルギー・ガソリンが溜まっていくのでしょうか？

それは睡眠です。とれば、補給されますよ。休養をとって、「のんびり過ごす」のも重要ですが、睡眠の方が効果は大きいのです。

不眠で悩む大城さん

45歳の大城太郎さん（仮称、以下同じ）は過労が続いています。「睡眠が重要だ」、と分かっています。しかし寝つきが悪いのです。この3日間は、午後11時に布団に入っても眠れるのは午前1時半ごろ。

「寝たい、眠りたい」と思えば思うほど、眠れないのです。つらい日々が続きます。眠れないとき、どうすれば良いのでしょうか。

「夏目式・快眠法」を紹介

使える「快眠法」を紹介します。図2を参照してください。会社から帰宅後、食事をして、入浴する人は多いでしょう。

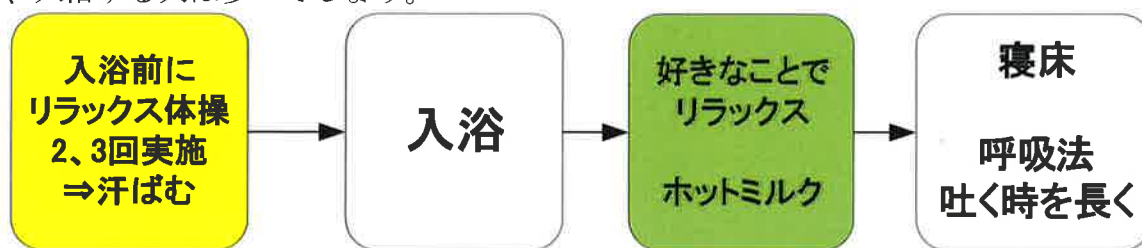


図2. 「夏目式・快眠法」の紹介

体操

まず、入浴の前にリラックスできる体操をしてほしい。なぜなら職場では緊張しているので、**体、特に筋肉や関節に、「力」が入ったままです。そこで「余分な力」を抜きます。**ラジオ体操が最適ですよ。

ホットミルクと呼吸法

体操をすれば力が抜けていきます。汗ばむ。そこで風呂に入る。汗をかいた後の入浴は気持ちの良いもの。湯船にゆったりつかる。しだいに血液循環も良くなります。**入浴で汗や汚れ、そしてストレスも流れていきます。**

入浴後に、音楽や読書など好きなことを楽しみましょう。リラックスしながらホットミルクを飲むのが、おススメ。ホットミルクで“ほっと”する（オヤジギャグ…）カルシウムが心身を安定させます。

布団に入りゆったりと心身を横にして、軽く深呼吸しながら眠っていくのが良い。**ポイントは「息を吐く」時間を、長くすること。**

快眠法でもダメなら

36歳の中野由美さんは不眠で悩んでいます。寝つきが悪い人。人の経験を聞いたり、本を読んだりして眠れるように努力しましたが、ダメでした。「かかりつけ医師」を受診し、「不眠症」と診断され、睡眠薬の投与を受けたが、「クスリ嫌い」のため、飲まなかったのです。「快眠法」もしてみたが、ダメだった。

究極の対応法

紹介しましょう。眠れない夜は、「眠ることをあきらめる」のが一番。あきらめましょうよ。本を読む、起きて好きなことをし、眠気を感じたら布団に入る。眠れなくても構わないと思いながら。あら不思議……そのうちに眠ってしまう。

「あきらめる」は本来「あきらかに極める」と言われている。不眠を極めた果てに眠れるようです。

【シリーズ】トラックドライバーの健康 ドライバーの健康と安全の視点から考える 勤務間インターバルの重要性

独立行政法人労働者健康安全機構 労働安全衛生総合研究所

産業ストレス研究グループ（過労死等防止調査研究センター 併任）上席研究員 久保智英



久保智英 Profile

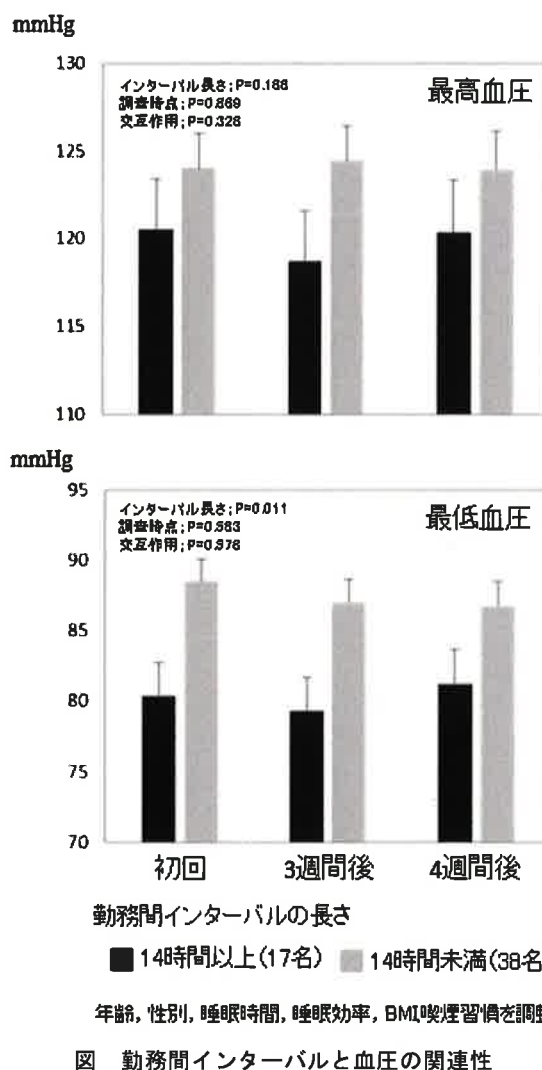
2007年10月 名古屋市立大学医学研究科にて博士（医学）を取得。2008年4月（独）労働者健康安全機構 労働安全衛生総合研究所に任期付研究員として着任。2017年4月より上席研究員。2011年2月 フィンランド労働衛生研究所にて客員研究員。専門は産業保健心理学、睡眠衛生学、労働科学。労働者の疲労と睡眠の視点から勤務間インターバルと疲労回復の関係についての研究に従事している。

読者の皆さんは、「勤務間インターバル」という言葉を耳にしたことはございますか？最近、働き方改革とともに、このキーワードも新聞やメディア等で取り上げられることが増えてきています。勤務間インターバルとは、退勤から次の出勤までの時間を最低 11 時間以上は間隔を空けましょうという EU 諸国で導入されているワーク・ルールです（※EU労働時間指令（2003/88/EC））。我が国の労働時間規制が、何時間以上は働いたらいけない、という上限の規制であるのに対して、このルールでは、逆転の発想で休む時間を規定していることから、新しい過重労働対策として注目を集めています。また、2019年4月からは本制度は努力義務としても盛り込まれ、2020年までに本制度の周知（本制度を知らない企業を20%未満）や導入（導入企業は10%以上）に関して、政府は数値目標を定めています。

しかしながら、勤務間インターバルという言葉は新しいのですが、運輸業界においてはこれと同じルールが昔から存在していることに読者の皆さんはお気づきだと思います。そうです。「改善基準告示」です。このルールでは、勤務と勤務の間隔を最低8時間は設けましょうというものですが、11時間と8時間の時間の長さの違いこそあれ、休息の大切さを重要視していることから、それらの本質は同じところにあります。

それでは、私たちの研究所で行った最近の

調査結果から、勤務間インターバルを守ることが健康や安全にどれだけ重要なのかについて明らかになってきたので、その成果の一部を以下にご紹介いたします。



図は、IT労働者を対象に1か月間の観察調査を行った際、普段の勤務間インターバルの長さをインターバルが長い群(14時間以上)、短い群(14時間未満)で分けた時の血圧の結果です。統計解析の際には、血圧の値に関係しそうな年齢や性別、睡眠時間、喫煙習慣の違いなどの影響を考慮してデータ分析をしています(つまり、それらの影響を無くした場合にどうなったかという結果です)。その結果、インターバルが短い群の血圧が長い群に比べて高いことが分かりました。とくに、その結果は最低血圧の方で統計的な差が認められました(Ikeda et al.(2017) J. Occup. Environ. Med)。つまり、インターバルを確保することは循環器負担の軽減という意味でも重要であることが、この研究結果から読み取ることができます。

また、最近の海外の研究では、勤務間インターバルが11時間未満になる場合を、すぐに職場に戻ってくるという意味を込めて「クイック・リターン」と呼んで研究が進められています。最近では健康面のみならず、安全面でのクイック・リターンの影響が徐々に明らかにされてきました。最近のノルウェーの研究者らによって行われた1,784名の看護師を対象とした調査(Vedaa et al. (2019) Int. Arch. Occup. Environ. Health)で、過去1年間の夜勤とクイック・リターンの回数と労働災害(工作中に居眠り、機器を壊してしまう等)の関連性を検討した研究があります。

その結果、夜勤回数が多いことは8種類の労働災害のうち、5つの労働災害の発生と統計的に関連性が認められましたが、クイック・リターンでは8種類のうち7つの労働災害の発生との関連性が示唆されました。このことから読み取れることとしては、当たり前なことではあるかとは思いますが、やはり労働安全という側面でも、勤務間インターバルを確保すること、つまり、適切に休む、休ませることは重要であるということでしょう。

上述のとおり、勤務間インターバルの確保はドライバーの安全や健康に重要な意味を持つことが分かってきました。しかし、しかしです。厚生労働省が発表している「自動車運転者を使用する事業場に対する監督指導、送検等の状況(平成29年)」の中では、8時間の勤務間インターバルを守れていない事業場の数は全体の4割であることが示されています。つまり、今すぐに、EU並みの11時間未満のインターバルを導入しようとしても、この違反事業場の数が一層、増えることは想像に難くありません。これは著者の私見ですが、例えば、まずは、仕事の負担が大きい勤務(夜勤後等)の後にはインターバルを確実に確保する、あるいは11時間未満のインターバルが月に何回以上あった場合は配慮するといった形で、それぞれの職場単位での工夫がドライバーの安全と健康を守ることを念頭に置いた本制度の普及・推進には必要なのではないでしょうか。

【陸災防協賛の安全運動】

令和元年 秋の全国交通安全運動(9月21日~30日の10日間実施)

9月21日(土)から30日(月)の10日間、内閣府、警察庁、厚生労働省、国土交通省、全日本トラック協会等関係団体の主催、当協会等関係153団体の協賛にて「令和元年 秋の全国交通安全運動」が実施されます。

この交通安全運動では、次の5点を運動重点として、様々な活動が実施されます。

- (1) 子供と高齢者の安全な通行の確保
- (2) 高齢運転者の交通事故防止
- (3) 夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止
- (4) 全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
- (5) 飲酒運転の根絶

また、9月30日(月)には「交通事故死ゼロを目指す日」が実施されます。



運動の詳細につきましては、次の URL からご覧ください。
https://www8.cao.go.jp/koutu/keihatsu/undou/r01_aki/youkou.html

過労死等防止・健康起因事故防止対策セミナー 開催のご案内

陸運業界の過労死等の防止ならびに健康起因事故の低減を図ることを目的に、「過労死等防止・健康起因事故防止セミナー」を昨年度とカリキュラムを変更して全国各地で実施いたします。

本セミナーでは、過労死等の実態、過労死等防止計画の概要説明並びにドライバーの健康管理について、専門的な立場から解説しますので、多くの方々のご参加をお待ちしております。

主 催：全日本トラック協会、都道府県トラック協会

共 催：陸上貨物運送事業労働災害防止協会（陸災防）、陸災防支部、
労働者健康安全機構、都道府県産業保健総合支援センター

受講対象者：経営者及び運行管理者等

受講料：無料

開催時間：13時30分～16時30分（開催地によって異なる場合があります）

受講申込先：都道府県トラック協会又は陸災防支部

令和元年度「過労死等防止・健康起因事故防止セミナー」開催日程

都道府県	開催日	会場	都道府県	開催日	会場
北海道	11月1日（金）	北海道トラック総合研修センター	京都	1月23日（木）	京都自動車会館
宮城	11月19日（火）	宮城県トラック研修センター	島根	9月19日（木）	（公社）島根県トラック協会 西部研修会館
秋田	11月28日（木）	秋田県トラック協会 中央研修センター	岡山	9月26日（木）	岡山県トラック総合研修会館
福島	10月30日（水）	福島県トラック協会 県中研修センター	広島	2月4日（火）	広島県トラック総合会館
茨城	9月26日（木）	茨城県トラック総合会館	山口	2月14日（金）	山口県トラック協会研修会館
群馬	11月15日（金）	群馬県トラック総合会館	徳島	1月23日（木）	徳島県トラック会館
千葉	10月11日（金）	千葉県トラック総合会館	高知	12月6日（金）	サンピアセリーズ
東京①	11月6日（水）	東京都トラック総合会館	福岡	10月16日（水）	リファレンス駅東ビル
東京②	11月22日（金）		佐賀	9月20日（金）	佐賀県トラック協会
新潟	2月17日（月）	新潟県トラック総合会館	大分	10月9日（水）	大分県トラック会館
長野	1月15日（水）	長野県トラック会館	宮崎	10月18日（金）	宮崎県トラック協会総合研修会館
石川	9月13日（金）	石川県トラック会館	鹿児島①	11月14日（木）	北薩地区研修センター
静岡	9月12日（木）	静岡県トラック会館	鹿児島②	11月15日（金）	鹿児島県トラック研修センター
滋賀	9月25日（水）	滋賀県トラック総合会館			
右の都道府県につきましては、開催決定次第ご案内いたします。			青森、奈良、和歌山		
右の都道府県につきましては、開催終了または不開催です。			岩手、山形、埼玉、栃木、神奈川、富山、山梨、 福井、岐阜、愛知、三重、大阪、兵庫、鳥取、香川 愛媛、長崎、熊本、沖縄		

【連載Ⅱ】第14回 安全衛生管理体制の点検にお役立てください！

「陸上貨物運送事業労働災害防止規程」について

今回は、前回に引き続き交通労働災害の防止について説明します。

9 交通労働災害の防止

(2) 交通労働災害防止のためのガイドライン
自動車等の交通事故による労働災害は「交通労働災害」と呼ばれます。

交通労働災害による死亡者数は、全労働災害の3割を占めていたものの、その取組は一般の労働災害と比較すると積極的な対策が十分とはいえない状況にあったことから、平成6年2月に厚生労働省が、事業者が自主的に講じることが望ましい交通労働災害防止対策のほか、関係法令に基づく措置の一部を加え総合的に示した指針として「交通労働災害防止のためのガイドライン」（以下「ガイドライン」といいます。）を策定しました。このガイドラインは、その後平成20年4月に改正されています。（平成20年4月3日基発第0403001号「交通労働災害防止のためのガイドラインの改正について」）。

なお、平成20年に改正されたガイドラインは、その後のツアーバスによる重大災害を受け、平成25年5月に一部改正され、さらに、貨物自動車輸送安全規則の一部改正を踏まえ、点呼等の実施時における報告事項に「睡眠不足」を加え、平成30年6月1日に改正（平成30年6月1日基発0601001号）され、現在に至っています。

(3) 平成20年改正ガイドラインのポイント
現行ガイドラインの中核を構成する大きな改正となった平成20年改正ガイドラインの主なポイントは次のとおりです。

ア 安全衛生管理体制の充実

① 組織的・継続的な労働安全衛生管理の実施

イ 睡眠時間の確保に配慮した適正な労働時間等の管理及び走行管理等の実施

- ① 睡眠時間の確保に配慮した適正な労働時間等の管理及び走行管理の実施
- ② 休憩時間を規定するなど走行計画

の内容の充実

- ③ 睡眠時間に配慮した点呼の実施及びその結果に基づく措置
 - ④ 荷役作業を行わせる場合の運転者の疲労に配慮した措置の実施
- ウ 交通労働災害防止のための教育内容の充実
- 教育内容に交通労働災害防止のための基礎知識を盛り込む。

エ 荷主・元請事業者（以下「荷主等」という。）による配慮等の新設

- ① 荷主等の事情による直前の貨物の増量による過積載運行の防止
- ② 到着時間の遅延が見込まれる場合における改善基準告示を遵守した安全運行が確保されるような到着時間の再設定、ルート変更
- ③ 改善基準告示違反、安全走行困難な発注の禁止
- ④ 荷積み・荷卸し作業の遅延による予定時間に出発できない場合における到着時間の再設定、荷主の敷地内での待機



オ 健康管理

- ① 長時間労働者に対する医師による面接指導の実施（次号に続く。）

【受講料無料】荷役ガイドラインに準じる講習会

荷役災害防止担当者教育講習会(荷主向け)のご案内

陸上貨物運送事業の労働災害の70%は、トラックの荷台等からの墜落・転落等の荷役作業中に発生しています。さらにその70%は荷主等（荷主、配送先、元請事業者等）の事業場で発生しています。このため、厚生労働省では陸運業の荷役災害を防止するため、平成25年3月に「陸上貨物運送事業における荷役作業の安全対策ガイドライン」（以下「荷役ガイドライン」といいます。）を策定し、陸運事業者と荷主等が連携したそれぞれの取組事項を示しました。

この荷役ガイドラインでは、陸運事業者及び荷主等それぞれに、荷役災害防止の担当者をおくとともに、荷役災害防止に必要な安全衛生教育を実施することを求めています。

本年度、当協会では、厚生労働省の補助事業として、「荷主等の荷役災害防止担当者」に対する安全衛生教育の講習会を全国47か所で開催いたします。受講料は無料です。

荷主等の企業の皆さまの積極的なご参加をお願いいたします。

講習会への参加を希望される方は、下記の開催地の陸災防支部にお申し出いただくようお願いいたします。

多くの皆様のご参加をお待ちしています。



「荷役災害防止担当者教育講習会(荷主向け)」開催日程

都道府県	開催日	会場	都道府県	開催日	会場
秋田	11月27日(水)	秋田県トラック協会研修センター	大阪	11月28日(木)	大阪府トラック総合会館
山形	11月18日(月)	山形県トラック総合会館	兵庫	10月8日(火)	兵庫県トラック総合会館
福島	2月13日(木)	福島県トラック協会 県中研修センター	和歌山	11月25日(月)	ルミエール華月殿
栃木	11月19日(火)	栃木県トラックサービスセンター	鳥取	11月13日(水)	新日本海新聞社 中部本社
群馬	10月18日(金)	群馬県トラック総合会館	島根	12月6日(金)	いきいきプラザ島根
埼玉	11月19日(火)	東部従業員サービスセンター	広島	11月13日(水)	広島県トラック総合会館
神奈川①	10月15日(火)	サンビアンかわさき	山口	11月20日(水)	山口県トラック協会研修会館
神奈川②	11月1日(金)	厚木労働基準監督署 会議室	徳島	11月20日(水)	徳島県トラック会館
神奈川③	11月12日(火)	藤沢市建設会館	香川	11月21日(木)	香川労働基準会館
神奈川④	12月9日(月)	神奈川県トラック総合会館	福岡	11月29日(金)	福岡県トラック総合会館
新潟	1月20日(月)	新潟県トラック総合会館	佐賀	11月21日(木)	佐賀県トラック協会研修会館
富山	10月29日(火)	富山県トラック会館	熊本	11月12日(火)	阿蘇熊本空港ホテル エミナース
長野	10月8日(火)	中信地区研修会館	大分	10月8日(火)	大分県トラック会館
静岡	11月13日(水)	静岡県トラック協会研修センター	宮崎	10月11日(金)	宮崎県トラック協会総合研修会館
愛知	12月6日(金)	愛知県トラック会館	鹿児島	1月17日(金)	鹿児島サンロイヤルホテル
三重	12月9日(月)	プラザ洞津	沖縄	10月23日(水)	九州沖縄トラック研修会館
滋賀	10月30日(水)	滋賀県トラック総合会館			

右の都道府県につきましては、開催決定次第ご案内いたします。

北海道、青森、岩手、宮城、茨城、千葉、東京、石川、福井、山梨、岐阜、京都、奈良、岡山、愛媛、高知、長崎

安全管理士 の着眼点

災害を引き起こす錯覚について

安全管理士 遠藤 聡

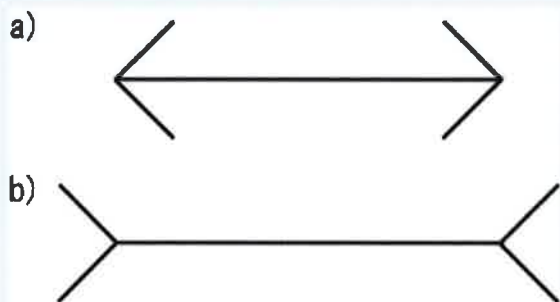
【ヒューマンエラーと錯覚】

労働災害の多くはヒューマンエラーが原因で発生していることは紛れもない事実です。

ヒューマンエラーの中でも、今回は特に「錯覚」に注目して、その発生状況や対策について考えてみたいと思います。

【錯覚とは】

一般に、錯覚とは知覚の誤りということで、感覚・知覚・物事を認識する過程のどこかでエラーが生じることで起こると認識されていますが、間違いや誤りの類いではなく、注意深く観察しても、予備知識があっても生じてしまう人間の感覚・知覚特性によって作り出される現象もあります。



上の図は、有名なミュラー・リヤーの錯視といわれるものですが、同じ長さの水平に引いた線なのに、bの方が長く見えると思います。注意深く見ても、同じ長さだとわかっていますが、やはりbの方が長く見えてしまいます。錯覚は、視覚だけでなく、聴覚、触覚、嗅覚など、さまざまな知覚に現れますが、直接災害につながるものが知られている現象をいくつか紹介します。

【縦断勾配錯視】

傾斜の違う上り坂や下り坂が連なった道路を走行すると、実際は上っているのに下り坂に見えたり、下っているのに上り坂に見えたりすることがあります。下り坂を上り坂と知覚した場合は速度超過につながり、逆の場合は速度低下が生まれ、大渋滞の原因になることが知られています。この錯視が起こる場所に注意を促す標識を見かけるようになりました。見かけたら注意が必要です。

【視覚吸引作用】

危ないものや、特に目を引くものがあると、

そこに視線がくぎ付けになってしまい、無意識のうちに視線の先の対象に近づいて行ってしまうという現象です。大きいトラックに追従している時などに、この現象によって追突事故を起こしやすくなります。

【溶け込み現象】

日差しの強い日中に暗いトンネルに入るときや、日没直後の時間帯などに、黒っぽい車が周囲の暗さと同化してしまう現象です。前方の車を認識するのが遅れて、追突事故の原因になります。十分な車間距離が大切です。

【蒸発現象】

急に明るい場所に出たときは、特に白やシルバーの車が見えにくくなってしまい、溶け込み現象と同様に追突事故の原因になります。トンネルを出る際など、スピードを落として明るさに目をならすことが必要になります。

【追従静止視界】

前方の車に追従して走っていると、自分の車との双方が止まっているような感覚に陥ってしまい、前車がスピードを上げて、同じ車間距離のまま無意識に追従を続けてしまい、前車のブレーキに対応できずに追突するという現象です。特にトンネル内などでは、車間距離とスピードメーターをこまめに確認することが大切です。

【コリジョンコース現象】

見通しの良い交差点でも、出会い頭に激しく衝突するという事故が起きています。自分の車と交差する道走る車が、そのまま進むと衝突するというタイミングで走っている場合、お互いに相手の車を認識しにくいという現象です。見通しの良い交差点でもスピードを緩めて左右を確認することが必要です。

【まとめ】

これらは、交通事故を引き起こす錯覚としてよく知られたものですが、錯覚から引き起こされる災害は、交通事故だけではなく、注意しても訓練をしても避けられない錯覚があります。まず、自分が錯覚することを自覚し、どんな錯覚が起こるのかを学ぶことが、災害の防止につながると思います。

【厚生労働省からのお知らせ】

「トラック運転者の長時間労働改善に向けたポータルサイト」を9月6日に開設しました

～荷主企業向け、トラック運送事業者向けのコンテンツを多数掲載～

厚生労働省は、「トラック運転者の長時間労働改善に向けたポータルサイト」を、9月6日(金)に開設しました。このポータルサイトは、貨物を運送するトラック運転者の長時間労働の現状や、その改善に向けた取組、施策などを、広く国民、荷主企業、トラック運送事業者の皆さまに向けてお知らせするために開設したものです。

トラック運転者は、他業種の労働者と比べて長時間労働の実態にあります。その背景には、荷主や配送先の都合により、長時間の荷待ち時間（貨物の積み込みや荷下ろしの順番を待つ時間）や、手荷役（手作業での貨物の積み込みや荷下ろし）が発生するなど、貨物運送における取引慣行などからトラック運送事業者の努力だけでは改善が困難な問題が存在しています。

このため、トラック運転者の長時間労働を改善していくためには、荷主企業とトラック運送事業者の双方が歩み寄り、そして協力しあって、取引環境の適正化に取り組むことが必要不可欠です。

このポータルサイトでは、国土交通省が開設している「『ホワイト物流』推進運動ポータルサイト」と連携しつつ、荷主企業とトラック運送事業者の双方に役立つ情報を提供していきます。

お知らせの詳細については次の URL からご覧ください（厚生労働省ホームページ）。

https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_06452.html

ポータルサイトは次の URL からご覧ください（厚生労働省ホームページ）。

<https://driver-roudou-jikan.mhlw.go.jp/>



<ポータルサイトのトップ画面のイメージ>



<荷主企業向け情報いろいろ宝箱のイメージ>

陸運労災防止協会の表彰制度による小企業無災害記録事業場〔令和元年8月〕					
第4種(10年間)	・有限会社アスカエクスプレス	岡山県支部	第2種(5年間)	・東北西濃運輸株式会社福島営業所	福島県支部
第3種(7年間)	・佐竹運輸株式会社	福島県支部		・株式会社東昇流通	福島県支部
				・株式会社暁運輸福島営業所	福島県支部

業種別労働災害発生状況(令和元年速報)

令和元年8月7日現在

業種	死亡						死傷					
	令和元年1月~7月 [速報値]		平成30年1月~7月 [速報値]		前年比較		令和元年1月~7月 [速報値]		平成30年1月~7月 [速報値]		前年比較	
	死亡者数 (人)	構成比 (%)	死亡者数 (人)	構成比 (%)	増減数 (人)	増減率 (%)	死傷者数 (人)	構成比 (%)	死傷者数 (人)	構成比 (%)	増減数 (人)	増減率 (%)
全産業	378	100.0	428	100.0	-50	-11.7	58,304	100.0	60,259	100.0	-1,955	-3.2
製造業	67	17.7	80	18.7	-13	-16.3	12,932	22.2	13,482	22.4	-550	-4.1
鉱業	3	0.8	0	0.0	3	-	105	0.2	108	0.2	-3	-2.8
建設業	128	33.9	149	34.8	-21	-14.1	7,217	12.4	7,281	12.1	-64	-0.9
交通運輸事業	6	1.6	7	1.6	-1	-14.3	1,536	2.6	1,739	2.9	-203	-11.7
陸上貨物運送事業	44	11.6	46	10.7	-2	-4.3	7,458	12.8	7,702	12.8	-244	-3.2
港湾運送業	4	1.1	4	0.9	0	0.0	214	0.4	166	0.3	48	28.9
林業	24	6.3	16	3.7	8	50.0	678	1.2	717	1.2	-39	-5.4
農業、畜産・水産業	13	3.4	6	1.4	7	116.7	1,266	2.2	1,270	2.1	-4	-0.3
第三次産業	89	23.5	120	28.0	-31	-25.8	26,898	46.1	27,794	46.1	-896	-3.2

資料出所：厚生労働省

業種、事故の型別死亡災害発生状況(令和元年1月~7月)

令和元年8月7日現在

業種	項目	事故の型別									
		合計	墜落・転落	転倒	飛来・落下	崩壊・倒壊	激突され	はさまれ・巻き込まれ	交通事故(道路)	交通事故(その他)	その他
全産業		378	111	10	23	28	47	56	71	0	32
製造業		67	9	2	5	3	9	27	3	0	9
建設業		128	54	3	9	19	13	13	11	0	6
交通運輸事業		6	2	0	0	0	0	0	4	0	0
その他		133	38	4	6	4	23	13	31	0	14
陸上貨物運送事業		44	8	1	3	2	2	3	22	0	3
同上対前年増減		-2	2	1	0	0	-1	-3	0	0	-1

業種、事故の型別死傷災害発生状況(令和元年1月~7月)

令和元年8月7日現在

業種	項目	事故の型別											
		合計	墜落・転落	転倒	激突	飛来・落下	崩壊・倒壊	激突され	はさまれ・巻き込まれ	交通事故(道路)	交通事故(その他)	動作の反動・無理な動作	その他
陸上貨物運送事業		7,458	2,131	1,225	569	348	227	418	825	385	6	1,141	183
同上対前年増減		-244	-53	-198	-5	-24	0	29	21	-22	2	34	-28

(注) 上記2表の右端の列の「その他」は、「墜落・転落」~「交通事故(その他)」以外をまとめたもの
詳細は、陸災防ホームページ <http://www.rikusai.or.jp> に掲載

【建災防から補助金のお知らせ】

フルハーネス等の買換経費の一部を補助します！！

～既存不適合機械等更新支援補助事業(厚生労働省)～

- 1 対象 中小企業、労災保険特別加入の個人事業者等
- 2 間接補助金交付額
 - (1) フルハーネス型墜落制止用器具(同一メーカーのランヤードとのセット)
 - ① 1セットあたりの上限：12,500円(1/2補助)
 - ② 同一申請者あたりの合計額の上限：500,000円
 - (2) 移動式クレーンの過負荷防止装置
 - ① 1機械あたりの上限：100,000円(1/2補助)
 - ② 同一申請者あたりの合計額の上限：300,000円

※ あらかじめ申請を行う必要があるほか、すべての方に交付されるものではなく、規模、危険度、対象機械等の安全性等を審査の上、予算の範囲内で交付決定されますので、ご注意ください。
第2回申請受付を9月4日から開始しました(申請書類の提出期限：10月4日(金)消印有効)。
詳細は、こちらをご覧ください(建災防ホームページ)。

<https://www.kensaibou.or.jp/support/subsidy/index.html>

陸運業 死亡災害の概要（令和元年7月）

令和元年8月7日現在 速報
陸運労災防止協会調べ

災害発生年月日	事故の型	起因物	業種	性別	年齢	職種	経験期間	取得免許・資格等	免許・資格等有無	被災時の作業内容
令和元年7月31日	崩壊、倒壊	荷姿の物	一般貨物自動車運送業	男性	59	貨物自動車運転者	37年		無	荷卸し作業中
客先の牧場において、被災者と同僚の合計2名で、トレーラーのコンテナから牧草の荷卸し作業を行っていた。直方体（88cm×125cm×130cm、重さ500kg）で2段積みされていた下段の牧草にワイヤロープが付いたフックを打ち込み、フォークリフトでワイヤロープを引っ張って引き出していたところ、崩れそうになった上段の牧草を被災者が支えようと近づいた際、うつ伏せに転倒し、その上に牧草が落下したものと推定される。										
令和元年7月27日	交通事故（道路）	トラック	一般貨物自動車運送業	男性	36	運転者	1年		無	運転業務
夜間作業の道路舗装工事に使用する合材をダンプトラック（10t）で建設工事現場まで3回ほど運搬し、運搬作業終了後、自社に帰るため、災害発生現場を走行中、進行方向左側の花壇に接触した後、右側の民家のブロック塀に衝突した。ダンプトラックを運転していた被災者は、外傷性ショック等により死亡した。										
令和元年7月23日	墜落、転落	フォークリフト	陸上貨物取扱業	男性	44	作業員・技能者	4年	フォークリフト運転技能者	有	フォークリフトによる荷役作業
フォークリフト（オーダーピッキングトラック）の傍で、被災者が頭部から出血して倒れている状態で発見されたもの。災害発生直後にフォークリフトの運転席が高さ約3mの位置にあったことから、運転席の位置でラックから荷を取ろうとした際に墜落したものと推定される。										
令和元年7月3日	交通事故（道路）	トラック	その他の道路貨物運送業	男性	49	貨物自動車運転者	3年	その他の資格	有	トレーラー運転中
交差点付近の市道において、被災者がトレーラーを運転していたところ、対向車線を走行していたトレーラーが側壁に接触した拍子に対向車線にはみ出したため、トレーラー同士が正面衝突した。										
令和元年7月3日	交通事故（道路）	トラック	一般貨物自動車運送業	男性	69	貨物自動車運転者	45年		無	貨物自動車の運転業務
走行車線の左側縁石に接触し、右側に弾んで対向車線の貨物自動車と正面衝突し、左側に弾んで走行車線の左側縁石に再び接触し、右側に弾んで対向車線の貨物自動車（最初に衝突した貨物自動車の後ろを走っていた）の右側に衝突し、運転者が死亡した。										
令和元年7月1日	交通事故（道路）	分類不能	一般貨物自動車運送業	男性	67	運転者	30年	その他の資格	有	大型トラックの運転
被災者が運転する大型トラックほか複数台の車両が衝突、接触する交通事故が高速道路で発生したものと推定される。上記事故現場で倒れていた被災者の死亡が確認された。										

（注）後日、内容については、削除又は記載内容を修正する場合があります

令和元年1月～7月の陸運業死亡災害の概要については、陸災防ホームページ「会員専用サイト」に掲載

【熱中症を予防しましょう！】

「STOP！熱中症 クールワークキャンペーン」実施中！

厚生労働省と陸上貨物運送事業労働災害防止協会などの労働災害防止団体等は、職場における熱中症予防対策の一層の推進を図るため、「STOP！熱中症 クールワークキャンペーン」を実施中です。

5月1日～9月30日までを実施期間（4月：準備期間、7月：重点取組期間）とし、事業場等に熱中症予防対策の徹底を呼びかけるとともに、セミナー開催等の情報をお知らせいたします。

詳細は次の URL からご覧ください（厚生労働省ホームページ）。

<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000116133.html>



ヘルメットは 蒸れるもの その常識を タニザワが 変える

「暑い」、「ムシる」...

お客さまから常にいただいていた声にお応えするため、タニザワは産業用ヘルメットから発泡スチロール製の衝撃吸収ライナーを外すことに成功しました。

タニザワ独自の技術で開発した内装「エアライト」は安全性を確保しつつ、ヘルメット内部の空間に広がりをもたらし、通気性を格段に向上させます。

ヘルメットの概念が変わります。




※一部型に透明の視界を使用しています。 **エアライト**

商品についてのお問い合わせは TEL:03(3552)5581 <http://www.tanigawa.co.jp> 〒104-0041 東京都中央区新富2-8-1 キンジビル

株式会社 谷沢製作所