

# 第28回安全大会

株式会社 似鳥工務店  
協力会グループNTS

令和2年6月



## 安全大会挨拶

株式会社似鳥工務店 代表取締役 似鳥進

今年も全国安全週間の準備月間を迎え、安全に対する意識を高める季節となりましたが、新型コロナウイルスのおかげでほぼ全ての行事が中止や延期と成りました。但し、安全第一を掲げるならばプログラムだけでもと考えて作成を致しましたので、会員各位には少しでもお役に立てれば幸いです。

尚、安全大会のメインである安全表彰につきましては、晴れの舞台で皆様にお披露目を致したく、次の機会に持ち送りましたのでご了承下さい。

さて、緊急事態宣言中の作業場稼働については当社内においても様々協議を致しましたが、発注者様が民間と公共工事が有り、各自治体に於いてその対応にも差があり社内での統一性を図ることが難しく工事を継続しました。

朝礼時や昼礼時に検温や体調管理を万全にし、又、健康増進法に基づき受動喫煙防止にも積極的に取り組んでおりますので、引き続き会員各社もご協力ください。

以前によく言われた『後工程はお客様』が有ります。前の作業工程から自らが引き継ぎ次工程に受け渡す事により最終の工程を経て、発注者であるお客様に完成品として引渡が出来ることの例えです。

様々な年齢層の作業員がおり職種も違えば海外技能実習生等の文化習慣も異なる方々と工事現場で働くには、互いに友好的に接して安全と品質を造り上げることが必要です。

それでは、二〇二〇年スローガンである、

「エイジフレンドリー職場へ！ みんなで改善 リスクの低減」

の達成に皆で努力をしていきましょう。

## 安全大会挨拶

協力会グループ N T S 会長  
平澤建装株式会社 代表取締役 平澤嘉一

この度は第二十八回安全大会を新型コロナウイルス感染症の影響で中止になってしまい、誠に残念ですが N T S 会員の皆様方の感染防止を最優先に考え苦渋の決断となりました。申し訳ありませんでした。

新型コロナウイルス感染が全世界に広がり、大変厳しい状況になっていきます。

日本では五月二十五日に五都道県が最後に緊急事態宣言は全て解除されましたが、第二波・第三波の感染が起こる可能性がかなりの確率であると予想されています。

少なからず建築業界にも影響が出てきています。あと何年続くかは分かりませんが、皆様方と力を合わせてこの難題を乗り越えて一日も早く、平常な生活、仕事が出来る環境に戻れることを祈っております。

又、来年の六月には安全大会が開催される事を信じて努力していきたいと思っておりますので N T S 会員の皆様方にはどうか健康に気をつけて頂き、元気なお顔を拝見出来ることを信じて楽しみにしていますので今後共、何卒、宜しくお願ひ致します。

# 令和2年度 全国安全週間スローガン

(令和2年7月1日～7月7日)

## エイジフレンドリー職場へ！ みんなで改善 リスクの低減

- ▶ 全国安全週間は、労働災害を防止するために産業界での自主的な活動の推進と、職場での安全に対する意識を高め、安全を維持する活動の定着を目的とした厚生労働省主催の運動です。
- ▶ 厚生労働省からのお願いとして、下記の内容が提示されています。
- ▶ 新型コロナウイルス感染症対策についても十分留意しながら現場運営に取り組みましょう。
- ▶ 次の「3つの密」を避けることを徹底し、全国安全週間の実施に取り組んで下さい。
  - ① 密閉空間（換気の悪い密閉空間である）
  - ② 密集場所（多くの人が密集している）
  - ③ 密接場面（お互いに手を伸ばしたら届く距離での会話や発声が行われる）
- ▶ 全国安全週間と準備期間中に各事業場で実施する事項を掲げていますが、安全大会等の行事、安全パトロールによる職場の総点検、講演会等の開催ではこの「3つの密」の場面になる事項があります。
- ▶ これらの事項については、行事の中止や延期、多数が参加するパトロールなどについては開催形式の見直し・参加者の限定、講演会等ではテレビ会議などの積極的活用の対応により、「3つの密」を避ける取り組みを勧めています。
- ▶ 緊急事態宣言が全国で解除となりましたが、各事業所内においてはマスク着用の徹底、こまめな手洗い・うがい・消毒を行うなど、引き続き感染症対策を行っていく必要があります。
- ▶ 今後は...
- ▶ マスク着用により、熱中症のリスクが高まる懸念があります。建設業においては熱中症による災害が毎年多く発生しています。空調服などの熱中症対策用品を活用し、こまめな水分・塩分補給・休憩を取って熱中症予防にも留意しましょう。

株式会社似鳥工務店協力会グループNTS

令和2年スローガン

## 『常日頃から備えよう

### 対策重ねてリスクを減らそう

### つくろう安心安全職場』

令和元年度は災害が2件発生してしまいました。

ひとつは些細な原因から起きたものであり、もうひとつは不安全行動から発生してしまった災害。どちらも注意を怠らなければ防ぐことが出来た内容でした。

上から物が落ちてきたり、物が転倒してきたりと、万が一何か危険なことが起きても災害には至らないように備えることが安全対策です。

十分な安全対策を実現していくためには、一人ひとりの意識行動をさらに改善・向上していく必要があると感じられます。

今年度は、「リスクを想定して対策する」こと、「事故が起こらない環境を作る」ことを改めて全員で意識付けして、行動に繋げていく1年にしたいと考えます。

毎日の現場作業やパトロールなどの際に気が付いたことをひと声・ひと手間掛け合っ  
て不安全なことを無くし、安心して過ごせる職場にしていきたいと思います。

また、スローガンに掲げました“備え”は現場におけるリスクのみならず、いま懸念されているウィルス対策や夏季の熱中症対策、台風や水害、地震などによる自然災害に対しても考えなければならないという意味を含んでいます。

最近では、「何十年・何百年に一度の災害」とか「予想外の被害が」と言われるようなことが例年のように起きるようになりました。

我々建設業においても備えなければならないことが多くなりますが、備えておくことが当たり前になるように、全員で取り組んで様々な課題を乗り越えていきたいと思います。

表1) 産業別死亡災害発生件数

|           | 平成31<br>令和元 | 平成30 | 平成29 | 対平成30<br>比較 | 対平成29<br>比較 |
|-----------|-------------|------|------|-------------|-------------|
| 業種        | 人数          | 人数   | 人数   | 増減数         | 増減数         |
| 全産業       | 845         | 909  | 978  | -64         | -133        |
| 製造業       | 141         | 183  | 160  | -42         | -19         |
| 鉱業        | 10          | 2    | 13   | 8           | -3          |
| 建設業       | 269         | 309  | 323  | -40         | -54         |
| 交通運輸事業    | 14          | 16   | 18   | -2          | -4          |
| 陸上貨物運送事業  | 101         | 102  | 138  | -1          | -36         |
| 港湾運送業     | 7           | 4    | 8    | 3           | -1          |
| 林業        | 33          | 31   | 40   | 2           | -7          |
| 農業・畜産・水産業 | 30          | 19   | 35   | 11          | -5          |
| 第三次産業     | 240         | 243  | 244  | -3          | -4          |

表2) 平成31年・令和元年 産業別死傷災害種別発生件数

|                 | 墜落・転落 | 転倒 | 激突 | 飛来・落下 | 崩壊・転倒 | 激突され | はさまれ・巻き込まれ | 切れ・こすれ | 踏抜き | おぼれ | 高温・低音物との接触 | 有害物との接触 | 感電 | 爆発 | 破裂 | 火災 | 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 | 分類不能 | 合計  |
|-----------------|-------|----|----|-------|-------|------|------------|--------|-----|-----|------------|---------|----|----|----|----|----------|-----------|-------------|-----|------|-----|
| 全産業             | 216   | 22 | 2  | 43    | 56    | 77   | 104        | 4      | 0   | 24  | 27         | 14      | 3  | 4  | 0  | 45 | 157      | 3         | 0           | 42  | 2    | 845 |
| 製造業             | 23    | 5  | 0  | 8     | 8     | 14   | 49         | 1      | 0   | 1   | 5          | 4       | 1  | 3  | 0  | 4  | 8        | 0         | 0           | 7   | 0    | 141 |
| 鉱業              | 2     | 1  | 0  | 0     | 2     | 0    | 4          | 0      | 0   | 0   | 0          | 0       | 0  | 0  | 0  | 0  | 1        | 0         | 0           | 0   | 0    | 10  |
| 建設業             | 110   | 6  | 1  | 18    | 34    | 26   | 16         | 1      | 0   | 4   | 10         | 2       | 2  | 1  | 0  | 2  | 27       | 1         | 0           | 7   | 1    | 269 |
| 交通運輸事業          | 3     | 1  | 0  | 0     | 0     | 0    | 0          | 0      | 0   | 0   | 1          | 0       | 0  | 0  | 0  | 0  | 8        | 0         | 0           | 1   | 0    | 14  |
| 陸上貨物運送事業        | 19    | 1  | 1  | 5     | 5     | 6    | 7          | 0      | 0   | 1   | 2          | 0       | 0  | 0  | 0  | 2  | 40       | 0         | 0           | 12  | 0    | 101 |
| 港湾運送業           | 0     | 1  | 0  | 0     | 0     | 2    | 2          | 0      | 0   | 0   | 0          | 0       | 0  | 0  | 0  | 0  | 2        | 0         | 0           | 0   | 0    | 7   |
| 林業              | 7     | 1  | 0  | 3     | 4     | 14   | 1          | 0      | 0   | 0   | 0          | 0       | 0  | 0  | 0  | 0  | 2        | 0         | 0           | 1   | 0    | 33  |
| 農業<br>畜産<br>水産業 | 4     | 1  | 0  | 4     | 1     | 2    | 6          | 1      | 0   | 7   | 0          | 0       | 0  | 0  | 0  | 0  | 3        | 1         | 0           | 0   | 0    | 30  |
| 第三次産業           | 48    | 5  | 0  | 5     | 2     | 13   | 19         | 1      | 0   | 11  | 9          | 8       | 0  | 0  | 0  | 37 | 66       | 1         | 0           | 14  | 1    | 240 |

全産業における死傷災害は年々減少傾向にあります。これは一人ひとりの安全意識の向上による結果であると言えます。(表1)  
ただし、建設業における墜落・転倒の災害は他産業と比べて未だ圧倒的に多いことが分かります。(表2)

我々建設業では足場や脚立、立馬等での高所作業はつきものですが、災害が一件でも減らせるよう引き続き安全意識を高め、自分自身、そして職場の仲間の安全を確保していきましょう。

# 令和元年度 安全パトロール状況

| 実施日          | パトロール現場 | 指摘事項  |
|--------------|---------|---|
| 1<br>1月16日   | シャトルⅢ   | ①場内の安全標識が不足しているので、積載荷重表示ほか注意表示を充実させること。<br>②安全書類の不足と工事日報書類の記入漏れあり。安全書類を点検のうえ整理すること。   |
|              | 江北桜中学校  | ①渡り通路や階段足場で使用している足場板をゴムバンド等で結束して使用すること。<br>②外構工事において、重機車両動線と安全通路の区分けがされていないので、安全通路確保の上作業区画を設置すること。  |
| 2<br>2月18日   | ステラ保育園  | ①内装工事が進むと昇降部分が暗くなるため、内部階段の照明を設置すること。<br>②安全書類の健康診断受診期限を確認し、期限が切れている場合は再提出を依頼すること。<br>③外部足場の昇降部分に注意喚起の看板を設置すること。   |
|              | 千住4丁目A邸 | ①内部の上階へ上がるためのはしごが未固定のため、固定して使用すること。<br>②EV壁穴部の開口養生がないため、落下防止対策を行うこと。<br>③外部足場の足場板やメッシュシートを再点検の上、結束を行うこと。  |
| 3<br>3月18日   | シャトルⅢ   | ①外部足場上にパイプ、布板等の不要材が置かれていたので片付け撤去すること。<br>②外部足場の布板間の隙間が大きい所が複数あったので点検のうえ修正すること。<br>③EV開口養生の下部に隙間があるので塞ぎ措置を施すこと。注意表示を設置すること。<br>④安全帯未着用の作業員がいたため現場内ルールの明確化と作業員への周知すること。   |
| 4<br>4月16日   | ステラ保育園  | ①完成間際のため最終工程まで安全管理の徹底を継続すること。<br>※外構工事における第三者誘導には十分注意すること。  |
| 5<br>5月16日   | 吾妻橋ビル   | ①掘削土積み込みの道路上での作業において、カラーコーンによる規制帯を設置すること。<br>②仮囲いガードフェンスの控えが木材で取られており不安定であったので、単管パイプ等の強固な控えを設置し第三者災害防止に留意すること。また、目隠しシートの取り付けをすること。<br>③隣接共同住宅と工事敷地の間にガードフェンス等を設置し第三者侵入防止措置を実施すること。掘削により高低差が発生しているのを早急に対応すること。 |
| 6<br>6月17日   | 吾妻橋ビル   | ①隣地との境界部分の区画が曖昧なため、カラーコーンやBバリ等で区画を明確にすること。  |
|              | 都営住宅新宿  | ①新設ゲートの基礎掘削部分で、埋め戻しまで期間がある場合は場内の区画と、雨などによる崩壊が起こりそうな場合は道路側掘削部分の補強を行うこと。  |
| 7<br>7月16日   | 吾妻橋ビル   | ①鉄骨工事に親綱や安全ブロック、水平ネット等の墜落転落防止設備がない状態での作業であったので、安全設備が設置されるまで作業中止すること。<br>②鉄骨工事資材の楊重の際、クレーンのワイヤーや資材が電線に近接していたが、電線防護管が付けられていなかった。高圧線が近くにあるため早急に手配すること。<br>③工事区画の設置と第三者誘導を確実にすること。                                |
| 8<br>8月20日   | 十三中学校   | ①床研磨作業において保護メガネ・保護マスク等の保護具着用を確認すること。  |
|              | 都営住宅新宿  | ①朝礼看板にKY用紙を掲示の上、KY活動を励行すること。<br>②杭工事に使用している玉掛ワイロープの点検テープが先月の指定色のままであったので、必ず点検を実施した上、テープを巻き替えて使用すること。  |
| 9<br>9月17日   | 吾妻橋ビル   | ①ピット内作業において必ず送風機を使用し、開口養生を設置すること。<br>③足元に可燃物、残材等が置かれていたので、火災対策を含め片付け処分すること。   |
|              | 都営住宅新宿  | ①工事日報の統括安全衛生責任者巡視記録が付けられていないため、毎日の現場巡視点検の記録すること。  |
| 10<br>10月16日 | 金町保育園   | ①トイレや休憩所を設置する際は配置に配慮して、休憩ができるように整備すること。   |
|              | 都営住宅新宿  | ①山留めシートパイル際の地上部分にクラックが入っているため、雨の侵入を防ぐためシート等で養生を行うこと。<br>②根伐底で足場板を渡している部分を端太角と固定すること。また暗くなってからの作業も想定されるため照明設備の整備も行うこと。   |
| 11<br>11月18日 | 金町保育園   | ①現場閉所時の風散防止対策すること。<br>②仮囲いから出入りの際は歩行者との接触がないよう十分に注意すること。<br>③隣接家屋が近いため引き続き近隣対策を講じながら現場運営をすること。  |
|              | 都営住宅新宿  | ①基礎型枠建込みにて作業床から地足場への昇降の際、安全ブロックやその他現場安全設備は必ず使用すること。<br>②地足場通路で通路幅が狭くなっている箇所のクランプに接触する恐れがあるため、クランプカバーで養生すること。  |
| 12<br>12月16日 | 金町保育園   | ①外部足場のベースと敷き板に滑動防止のため釘止め固定すること。<br>②設備工事でグラインダーの保護カバーを取り付け適正使用すること。   |
|              | 都営住宅新宿  | 是正指示事項なし。伝達事項を留意の上、引き続き安全第一で現場運営をすること。  |

協力会の皆様、現場担当の皆様、有難うございました。指摘事項は全て是正されています。  
今後も安全パトロールを継続して参りますので、ご協力の程よろしくお願い致します。

# 六町すまいる整骨院 佐野秀樹先生に聞く



## ～腰・肩・背中 カラダの不調の原因と解消法～

- ▶ 約1ヶ月半続いた緊急事態宣言中の外出自粛により、自宅で過ごす時間が長くなった方、また業種によっては在宅勤務に切り替わった方もいらっしゃると思います。
- ▶ これにより活動量が減り、運動不足になってしまったという声が多く聞こえてきます。
- ▶ 今回は昨年に引き続き、六町すまいる整骨院の佐野秀樹先生に運動不足による体の不調の原因、解消するための簡単ストレッチの方法などを伺いました！



六町すまいる整骨院院長

柔道整復師 柔道整復学講師

KOBA式体幹バランスライセンス  
マスタートレーナー

体の痛み悩む人々に笑顔で元気になってもらうことモットーに六町すまいる整骨院を開業。  
肩こり・腰痛・膝の痛み・交通事故・スポーツによる怪我等、体の悩みに合わせて患者一人ひとりとの対話を通してそれぞれに合った治療を行っている。  
過去にはぎっくり腰や腰椎椎間板ヘルニアの診断を受け、セルフケアや治療を行うが再発の繰り返し。  
そんな中体幹トレーニングと出会いトレーニングを開始。この体幹トレーニングによってぎっくり腰の再発、ヘルニアの症状がなくなり、この経験をもとに体幹の大切さを広める活動も行う。

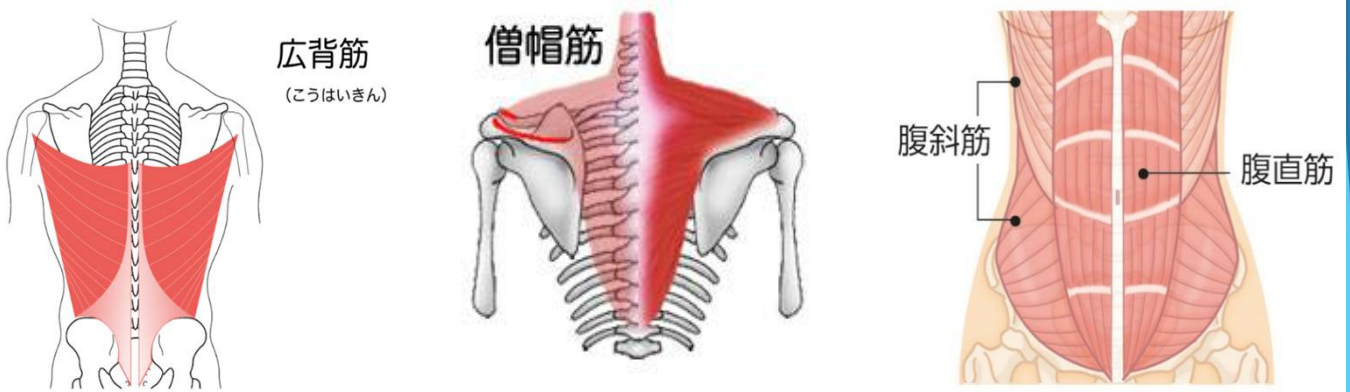
六町すまいる整骨院  
〒121-0073 東京都足立区六町3-4-11 TEL：03-3850-0622 休診：水・土（午後）・日・祝

新型コロナウイルス感染症の影響で、テレワークや外出自粛などで自宅にいる時間長くなっている方が多くなっています。

最近、当院にいらっしゃる患者様に多い症状は、首や肩、背中、腰の痛みと膝関節、股関節の痛みです。

上半身の症状の大きな原因になっているのは、長時間の不良姿勢です。会社は、仕事をするための環境がある程度整っている為、長時間のデスクワークで体を強く痛める事はありませんが、自宅では、床に座る、椅子が低い等の悪い環境の影響で、背中が丸くなる不良姿勢、いわゆる『猫背』になります。

猫背は体の後ろ側の筋肉、広背筋、僧帽筋と、前側の腹直筋の緊張が強くなり肩こり、腰痛、頭痛などの症状を引き起こし、更にひどくなると、頸が動かさなくなるほどの寝違えになってしまう事もあります。



股関節痛と膝関節痛は、急に運動を始めたことが原因になっています。今まであまり運動をしていなかった人が、運動不足の解消のためと思いジョギングを始めたことにより、股関節や、膝関節に過度な負担がかかり痛めています。

運動をすることはとても良いことですが、ジョギングは意外と下半身の負担が大きいですから、まずはウォーキング、速足歩きなどから初めて、筋肉が慣れてきた2～3週間後から徐々にジョギングすることをお勧めいたします。

最近、コロナウィルスの悪影響も大分少なくなってきましたが、まだまだテレワークや外出自粛で自宅で過ごす時間も多と思います。普段から良い姿勢を意識して、適度な運動やストレッチなどで身体を動かすようにして下さい。

自宅で簡単にできるお勧めのストレッチをご紹介します。昨年お伝えした体幹体操と合わせて実践してみてください。

# 自宅で簡単！ストレッチ

## 広背筋ストレッチ



- ① 伸ばす方の腕を上にあげます
- ② 反対の手で更に上に引っ張ります
- ③ 膝を曲げて背中を丸くして斜め前方に腕を引っ張りながら背中を伸ばします
- ④ 反対側も同様に行います

## 僧帽筋ストレッチ



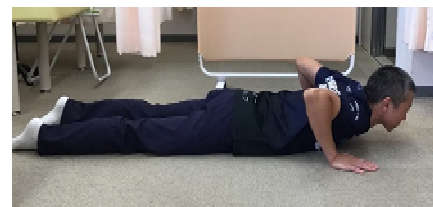
- ① 伸ばす方の腕を体の後ろに回します
- ② 反対の手と握手するように握ります
- ③ 頭を横に倒して首を伸ばします（斜め前・後ろにも伸ばすと更に効果的！）
- ④ 反対側も同様に行います

## 腸腰筋ストレッチ



- ① 膝立ちになり伸ばす方の足の膝を伸ばし（股関節よりも後ろに膝がくるようにします）
- ② 上半身を床と垂直に保ったまま前足に体重をかけ、後ろに伸ばした足の股関節の前側を伸ばします
- ③ 反対側も同様に行います

## 腹直筋ストレッチ



- ① うつ伏せになり肩の横に手をつきます
- ② そのまま腕を伸ばしてお腹の前を伸ばします

どのストレッチも10秒ほど伸ばします  
痛みがあるときは無理しないで下さい

建設体幹体操はコチラ！→



