



お元気ですか

株式会社ダイニ商会

梅雨時の注意事項

✓ 熱中症

気温が上昇し、湿度の高い梅雨の時期は、実はとても熱中症になりやすいです。湿度があるので喉の渇きを感じにくく、体内水分が不足しがちです。そして、気が付けば重度の熱中症に罹っていることがあります。熱中症の症状の一つである脱水症状は、夏にかかわらず1年中罹る病気です。身体を動かし、汗を流して働いてくださっている皆さんは、季節に限らず、作業中の水分補給を定期的に行いましょう。そして、これからの季節は塩分補給も必要になります。各エリア担当が今年も塩タブレットを配布しています。塩分の補給が高血圧などの基礎疾患に支障の無い人は、ぜひご利用ください。

✓ 滑りによる転倒

6月は転倒予防強化月間です。梅雨の時期は、足を滑らせて転倒する事故が多発するからです。通勤時や就業中に限らず、私用での外出中においても、雨天の際は足元に十分注意を払いましょう。駅の構内や商店街など、屋内であっても、傘からの雫や濡れた鞋底などで、床面が濡れて非常に滑りやすくなっています。特に、通勤時間などの人の往来が多い時間帯は、なおさら危険が伴います。また、横断歩道の太い白線やマンホールの蓋は、濡れると非常に滑りやすくなると覚えておきましょう。マンション内においても、床の材質により、滑りやすくなる個所があります。玄関ホール、エントランスなどの磁器タイルや、ステンレス製の床の接続部など、濡れるととても滑りやすくなります。特に、屋根のない外階段での転倒事故は、重大事故になりかねません。天候によっては作業を控えることも考慮しましょう。

✓ 排水溝の目皿の詰まり

廊下の排水溝の目皿が詰まると、排水しきれない雨水が廊下に溢れ、通行の妨げや転倒事故へと繋がります。雨の日だけに限らず、普段の清掃業務時から、ゴミがたまっていないかなどを確認しましょう。

✓ 悪臭によるクレーム

梅雨の時期は洗濯物が乾きにくく、自宅での洗濯でも生乾きの悪臭が出ることがありますね。現場で使用するゴム手袋や作業着も同様です。特にゴム手袋からの悪臭は、本人では気付きにくいことがあるようです。基本的には毎回自宅に持ち帰り、指まで裏返して綺麗に洗い、しっかり乾かしてから、また現場で使用してください。

食中毒の予防と対策

梅雨の時期は気温と湿度の両方が上昇し、細菌が増殖しやすくなります。1年で最も食中毒に気を付けるときです。

食中毒の原因となるのは、腸炎ビブリオやサルモネラ菌などの細菌です。なので、これらの細菌を繁殖させないことが、食中毒予防の第一歩です。

● 食品の保存

要冷凍、要冷蔵の食品は、購入後は速やかに冷凍庫や冷蔵庫に収納する。
肉や魚は、汁が他の食品に付着しないよう、ジップロックなどに入れる。

● 調理の方法

冷凍品の解凍は冷蔵庫内で行い、一度解凍した食品は再び冷凍しない。
肉や魚に触れた手で、生野菜に触れない。肉や魚に触れた際は、その都度手洗いする。

● 食事の仕方

調理されたものは早めに食べる。
刺身などは、食べる直前に冷蔵庫から出す。
少しでも味がおかしいと感じたら、食わずに捨てる。

● 調理器具の管理

まな板や包丁、スポンジなどのキッチン用品は、洗剤で洗うだけでなく、週3回ほどの頻度で熱湯に浸して消毒をする。
布巾は漂白剤に一晩浸けて消毒する。
落ちない汚れが出てきたら、惜しまずに交換しましょう。



免疫力を高めよう

同じものを食べても、食中毒を起こす人と、起こさない人がいます。

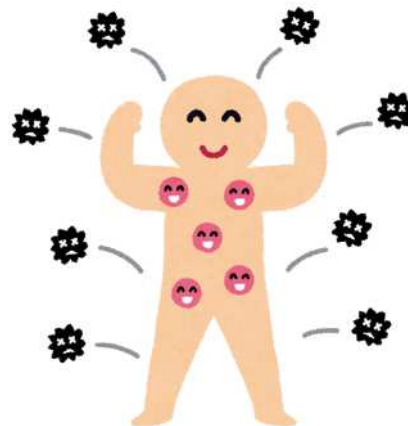
その違いは免疫力です。

免疫が活発に機能していれば、細菌やウイルスなどの感染細胞は撃退され、食中毒に罹りにくくなります。

この大切な免疫力の基となる免疫細胞が全体の50%以上も集まっている器官が、大腸、小腸などの腸です。腸は私たちの健康的な毎日を守ってくれる、大切な器官です。栄養バランスの良い食事と、規則正しい生活で、お腹の調子を整えましょう。

免疫力を高める5つの食材

1. 主食は白米よりも胚芽米や玄米
2. 良質な食物繊維、海草とキノコ類
3. 丸ごと食べる、煮干しや干しエビなどの小魚
4. 味噌、納豆、キムチ、チーズ、ヨーグルトなどの発酵食品
5. 定番の緑黄色野菜



安全衛生委員会便り

5月度 5名参加 14:00～15:00

- 自転車通勤の方にはヘルメット着用を勧めること
- 6月は転倒予防強化月間（雨天多し）、注意喚起強化のこと
- 今後1年監督署の指導を受ける、報告義務があるため、各担当者は巡回写真報告など積極的にお願いしたい

洗剤の爆発事故

東京足立区で、5月上旬に駅の券売機付近に放置された洗剤入りの缶が爆発し、周囲の人たちが被害を受ける事故が発生しました。アルミ製の缶コーヒーの容器に入っていたアルカリ性の洗剤が化学反応を起こし、水素ガスが発生、その圧力で缶が破裂した事故でした。

このような事故は、過去にも何件か起こっています。地下鉄丸ノ内線の車内や、新宿駅構内などで、アルミ缶にアルカリ性の洗剤を入れていたことによる爆発事故で、多くの人が被害を受けています。

皆さんが現場で使用している「スカット」という洗剤も、アルカリ性です。通常は専用の容器に入っているので安全です。マンション内で必要量を持ち運ぶ際は、なるべくバケツを利用してください。どうしても他の容器で小分けにしたいときは、必ず会社に連絡をして、安全な容器かを確認してください。

また、アルカリ性の洗剤でなくても、洗剤の容器の移し替えは危険です。アルカリ性であっても、酸性であっても、不用意に金属製の容器に移し替えるのは、やめましょう。

塩タブレット配布中

今号の冒頭でもお伝えしましたが、熱中症は梅雨の時期より始まります。

気温が高く多量に汗をかきますが、湿度が高いので自覚しにくく、喉の渇きも感じにくいので、体内水分が不足していることに気が付きにくいです。

熱中症の予防策、また注意喚起として、今年も塩タブレットを配布しています。

次の注意事項をよく読んで、ぜひ熱中症予防にご利用ください。

- ◆ 噛み砕かず、口の中でゆっくりと溶かしながら、水や麦茶などと一緒に利用してください。
- ◆ 作業をしながら摂取する際は、喉に詰まらせないように注意しましょう。
- ◆ **高血圧や、塩分摂取量を制限されている方、腎疾患の方などは摂取しないでください。**



6月は水無月

6月の陰暦は水無月と言います。長雨の梅雨の季節なのに、なぜ水が無い月と表現されるのでしょうか。

実は陰暦の6月は、現在の暦でいうところの7月頃にあたります。梅雨が終わり、陽が激しく照り始める頃なので、水が無い月と言われるようになりました。

KING OF TIMEのご案内

KING OF TIME (キング オブ タイム) とは、出勤電話に変わる、携帯電話による**出勤退勤登録システム**のことです。初期登録をすれば、その後の操作はとても簡単で、出勤時、現場到着時、退勤時に画面のボタン(右図)を押していただくだけです。スマートフォンだけでなく、フューチャーフォン(ガラケー)をご利用の方でも、ご登録、ご利用いただけます。

また、登録自体は管理者が行います。その際には、氏名とメールアドレスが必要になりますので、ご興味のある方には、登録までの案内を送付しています。

現在、出勤電話をくださっている全ての方が対象となります。興味はあるけど、自分には関係ないのではと思わずに、ぜひ、お気軽にお問合せだけでもしてみてください。しばらく利用してみて、やっぱり電話の方がいいと思われたら、そちらに戻ることも可能です。まずは体験してみましよう。お問い合わせのお電話、お待ちしております。



LINE 公式アカウント登録のお願い

LINE (ライン) の公式アカウントでは、主に業務に関するお知らせや、天候や災害などの注意喚起をお伝えしています。現在、195 名が、すでにご登録いただいています。

スマートフォンで LINE をご利用されている方は、ぜひ友だち登録をお願いします。

右の QR コードから簡単にご登録いただけます。

登録方法が分からない場合は、お気軽に事務所までお問い合わせください。



退勤時の電話連絡について

退勤時、キーボックスや管理員に鍵の返却をする方からは、出勤のお電話だけでなく、退勤時のお電話もいただいています。これは、朝の出勤電話のようにタイムカード的な役割ではなく、「間違いなく自分は鍵を返却しましたよ」という証拠として、ご連絡いただいています。

これまで何度か管理会社より、「キーボックスの中に鍵が無いが、清掃員はきちんと返却したのか」というお問い合わせをいただいている為です。

各エリア担当から退勤時の電話連絡するように、と指導があった場合は、仕事が終わったよ、という電話ではなく、鍵を返却したよ、という電話だにご理解いただき、お電話でもきちんと「鍵を返却しました」とお伝えください。皆様のご協力をお願い致します。



今月の安全標語 階段清掃 後退清掃 勘に頼らず 目で確認

どこの場所でも後退しながらの作業は危険です。特に階段や高低差、傾斜のある場所はさらに危険が増大します。更に、人が通行している廊下などは、他の人も巻き込む可能性があります。後退しながらの作業は、常に危険の二文字を頭に入れ、「後方及び周囲の安全」を十分視認しつつ慎重に行ってください。慣れと油断の作業は事故の一手手前です

安全の基は心です マナーの基も心です 仕事の土台は無事故です