

## 遠州梱包運輸「49期第1回安全会議」

2月28日(土)49期第1回安全会議が産業展示館4階・大ホールにて開催されました。皆さん、お忙しい中ご参加いただき、誠にありがとうございました。今回の研修テーマは「今の自分の状態を知る」「いつもの自分に戻す」という二点に整理されており、非常に実践的で、自分自身の状態を振り返り、確認できる内容でした。

特に、◆体調は緩やかに変化する◆感情は一瞬で乱高下する◆感情は自分で整えられる、という対比は、非常に分かりやすく、実践に結びつきやすい内容だと感じます。改めて確認したことは、安全は「知っている」だけでは守れないこと。「やり続ける」ことでしか守れない、ということです。

安全は、会社の信用であり、家族の安心であり、そして皆さん一人ひとりの人生を守る土台です。事故は一瞬です。しかし、その一瞬が、自分の人生、相手の人生、そして会社の未来を変えてしまいます。だからこそ今回の学びを「いい話だった」で終わらせないでいただきたい。

その基本となるのが、「エンコンルール(12のルール)」です。小さな徹底が、大きな事故を防ぎます。会社としても、安全を守るための環境整備、車両整備、働き方の改善に本気で取り組みます。会社と現場は両輪です。どちらか一方では安全は守れません。

まずは、残り6ヶ月間「無事故・ゼロ災害」を全員で達成しましょう！  
お疲れ様でした！！

専務取締役 網代昇



## 株式会社プロデキューブ 代表取締役 高柳様より一言



今回の研修は、「焦り・怒り・慣れ・疲れ」といった誰にでも起こる感情への向き合い方がテーマでした。大切なのは、今の自分の状態を知り、乱れたときに一秒でも早く“いつもの自分”に戻すこと。平常心であれば危険な行動を避け、周囲の異変にも気づけます。体調は徐々に変化しますが、感情は一瞬で揺れ動きます。体の不調は医師の力が必要な場合もありますが、感情は自ら整えることができます。

ドライバーさんの仕事は一人の時間が多く、外的要因の影響も受けやすい環境です。理不尽に感じる場面でも、自分自身で気持ちを立て直す力が求められます。そのためにも、自分と向き合い、自分を知り、整えながら自分を大切にすることが重要です。

そして、自分の健康と生活を守るために、エンコンルール(12のルール)を守ること。一人の現場では「省こうとする危険な悪魔」と「守ろうとする安全の天使」が心の中で葛藤することもあります。そのときは仲間の顔と約束を思い出し、12のルールを実践することが、事故を遠ざける力となります。また皆様にお会いできる機会を楽しみにしています。

ありがとうございました。

ルールをしっかり守ろう





# 「優秀運転者顕章(金十字・銀十字)表彰式」



先日開催された安全会議において、公益社団法人全日本トラック協会より発表された「優秀運転者顕章」の表彰を行いました。今回は、金十字章にA. Tさん、Y. Hさん、銀十字章にY. Mさん、M. Kさんの計4名が受章されました。この顕章は、現在も運転業務に従事している方のうち、長年にわたり無事故・無違反を継続している優秀な運転者に贈られるものです。

なお、ここでいう無事故・無違反とは、運転免許記録(運転記録証明書)上に事故・違反の記録がないことを指します。

## ■ 金十字章

無事故・無違反20年以上

(うちトラック運送事業の運転者として15年以上)

## ■ 銀十字章

無事故・無違反10年以上

(うちトラック運送事業の運転者として7年以上)



長年にわたり安全運転を継続されている受章者の皆様に、心より敬意を表します。今後も社員一人ひとりが安全運転を心掛け、事故防止に努めていきましょう。



## フォークリフト講習 実施



～安全意識と操作技術の向上を目指して～



第49期第2回リフト講習が2月14日(土)に開催されました。トヨタL&F静岡株式会社様より小山様を講師としてお迎えし、計18名の社員が参加しました。参加者は基本操作から安全確認まで、座学と実技を交えて実践的な内容を教えていただきました。座学では、リフトの構造理解、点検方法、操作時の注意点など、事故を起こさない為の安全な運転に必要な知識と技術を学びました。実技では緊張感のある中でも、真剣に取り組む姿が印象的でした。以前の講習では、基本操作にぎこちなさが見られた参加者も、回を重ねるごとに徐々にスムーズな操作ができるようになってきています。

毎日の作業で使用するリフトだからこそ、基本をしっかり身につけることが、さらなる品質向上につながります。今後も継続的な講習を通じて、社員の安全意識と技術力の向上を図り、安心して働ける職場環境づくりに努めてまいります。

管理部次長 田貝 研悟

## 高血圧について

### ほけんだより

高血圧は「本態性高血圧」と「二次性高血圧」に分けられる



### 本態性高血圧

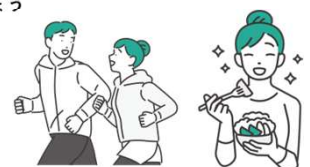
本態性高血圧は、食塩の過剰摂取、肥満、飲酒、運動不足、ストレスや、遺伝的体質などにより起こると考えられています。なかでも、日本人にとって重要なのは、食塩の過剰摂取です。

### 二次性高血圧

二次性高血圧は、甲状腺や副腎などの病気があり、それらが原因で高血圧を引き起こす疾患です。睡眠時無呼吸症候群でも二次性高血圧を合併します。

高血圧を改善するためには「生活習慣の改善」が大切

- 1 減塩をしましょう
- 2 カリウムを十分に摂取しましょう
- 3 肥満を治しましょう
- 4 適度な運動をしましょう
- 5 飲酒は適量にしましょう
- 6 禁煙しましょう
- 7 温度差を少なくしましょう



ENKON

遠州梱包運輸株式会社