

Secure Safe Health 通信

Vol.26

発行元：一般社団法人 名北労働基準協会 ☎052-961-1666 <http://www.meihokurouki.or.jp/>



三好署長

名古屋北労働基準監督署からのメッセージ

暑い日が続きます。
睡眠不足にならないよう、気を付けてください。
熱中症を放置すると最悪の結果を招きます。
熱中症の症状が疑われたら、迷わず、救急要請（119番）を!!



わが社の星

愛知金属工業株式会社

設計技術部
技術開発グループ
山川 遥平さん

平成25年入社。
電力供給という重要なインフラに関わることによって、社会の役に立つ仕事をしたいと思い、入社しました。
現在は、鉄塔構造の設計や耐震設計、工事の工法検討などを行っています。
将来的には、IoTを活用した鉄塔品質管理方法の開発にも取り組んでいきたいと思っています。

【愛知金属工業株式会社】
私たちは、中部電力グループの一員として、電力流通設備を支える優れた製品やサービスを提供しています。
確かな技術に裏打ちされた高品質の製品と、きめ細かくスピーディーなサービスで、お客様の期待に応える企業を目指しています。



働き方・休み方の改善で長時間労働削減⑧

—特定の部署・社員に仕事が集中している—

- 課題** 社員各人の業務負荷が把握できていない。
- 対策** 仕事の棚卸を行い、業務負荷を見える化する。
- 課題** 部署等によって、所定外労働時間数や年次有給休暇の取得状況に差が見られる。
- 対策** 働き方・休み方優良事例を共有し、働き方・休み方改善に向けた取り組みが自律的に進められるようにする。

厚生労働省の働き方・休み方改善取組事例集よりご紹介いたします。

ストレスを味方につける！セルフケアの方法

⑭ マインドフルネス（その2）

歩く瞑想

- ① 視線を前方に向け、肩の力を抜いてリラックスした状態で立つ。
- ② ゆっくりと歩き始める。
- ③ 脚の動作や感覚の一つひとつに細かく注意を向ける。
- ④ 自分が集中できる速度で歩く（普段よりもゆっくりになると思います）。
- ⑤ 雑念がわいた場合は、無理に追いつめず、ゆっくりと意識を体の感覚に戻す。

まずは、帰宅途中の5分を使ってトライしてみてください。
「うまくできた」と感じたら、次は10分、15分と、少しずつ時間を伸ばしてみましょう。



安全衛生 転倒災害防止のために

転倒災害の主な原因

転倒災害は、大きく3種類に分けられます。皆様の職場にも似たような危険はありませんか？

- ① 滑り**
 - ・床が滑りやすい素材である。
 - ・床に水や油が飛散している。
- ② つまずき**
 - ・床の凹凸や段差がある。
 - ・床に荷物や商品などが放置されている。
- ③ 踏み外し**
 - ・大きな荷物を抱えるなど、足元が見えない状態で作業している。



キャリアアップ講座のご案内

ベテラン税理士から学ぶ経理・会計講座

会計実務夜間講座

通いやすい名古屋駅前で
仕事帰りにキャリアアップ

講師 中村 仁氏 中村大平税理士事務所 副所長 税理士

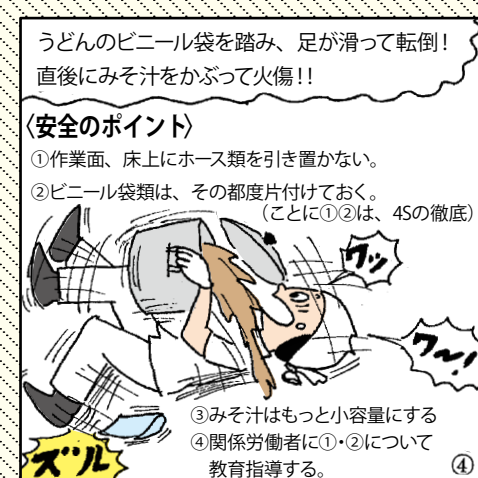
日程 / 内容

全13回 時間：18：30～20：30（2時間講習）

日 程（全て火曜日）	内 容（一部講座のみのご受講も可能）
7月3日、7月10日、7月17日、7月24日、 8月7日（全5回）	簿記（初級者～）（簿記3級程度の知識、借方・貸方、仕訳、手形処理、固定資産、減価償却費など）
8月21日、9月4日、9月11日、9月18日 （全4回）	会計処理（初級者・中級者～）（各原則の概論、交際費、消費税、所得税、リースなど）
10月2日、10月9日、10月16日、10月23日 （全4回）	決算処理（初級者・中級者～）（決算処理、減価償却、貸倒金、引当金、財務分析など）

会場 ウィンクあいち 名古屋市中村区名駅 4-4-38 JR 名古屋駅徒歩 5 分

詳しくは 名北労働基準協会 講習 検索



名北
セーフティ・アドバイス
山本下神