

2025年6月 通巻162号



蒸し暑い梅雨の季節が近づいてきました。この時期は、温度差や湿度の高さから、体調を崩しやすく、自律神経の乱れにも影響があるようです。

睡眠をしっかりとることや、生活リズムを整えること、適度な運動をすること、リラックスする時間をとること、食事のバランスなどに気を付けましょう。 **食中毒にも注意しましょう！**



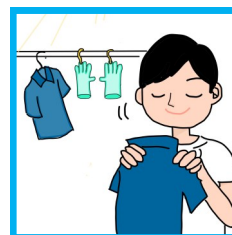
STOP! 転倒災害プロジェクト 中災防 特設サイト

厚生労働省は、労働災害で最も多い転倒災害を防止するため、「**STOP! 転倒災害プロジェクト**」を実施し、**6月を重点取組期間**としています。階段や段差、梅雨の雨で濡れた床などで転倒しないように十分注意しましょう！ **作業中の事故で一番多いのは階段での事故です!!** 床をしっかりと拭きあげたり、声掛けもしてお住まいの方の安全も心掛けましょう。



6月の重点ポイント

◎ユニフォームやモップ糸・ウエスの洗い



梅雨から夏にかけて湿度が高い日が続くと、身に着けている物やモップ糸やウエスが“**かび臭く**”なります。それは主に雑菌の繁殖によるものです。エントランス、エレベーターの籠内、ゴミ置き場などに臭いがこもりますのでご注意ください。

【作業のポイント】

- ウエスやモップは作業後、十分に洗い、しっかりと絞るようにしましょう。(絞り方があまいと臭いが発生しやすくなります)
- 手袋の汗も乾きにくく、臭いの発生源になることもあります。ゴム手袋の場合は、内側も忘れずに洗いましょう。
- ユニフォームはこまめに洗濯しましょう。



水分補給について

梅雨の時期は、汗をかいていなくても熱中症になることがあります。喉が渇く前にこまめに水分補給をしましょう。塩分補給も必要です。塩分を含む飴や梅干しなどでも良いでしょう。作業中に水分を補給する時には目立たない場所で行うようにお願いします。