

地本からのメッセージ⑤ 各地方本部・本社総支部 執行委員長の思い!

信念を持って

やるべきことをやれば道は開く

中国JRバス地方本部 執行委員長 久禮田 和広
皆さんこんにちは。本年四月十六日より、前中村執行委員長よりバトンタッチを受けまして、新たに中国JRバス地方本部の執行委員長に就任しました。久



禮田 和広(クレダ カズヒロ)です。私は組合経験も少なく、地本本部の経験も知識もな

ぞ宜しく願っています。簡単に自己紹介をします。年齢はこの六月で四十九歳になりました。生まれは広島市ですが本家は高知県土佐市です。妻、息子、娘の五人家族で、息子は昨年結婚し、この二月には待望の孫ができました。上の娘はまだまだ嫁に行く気はないようで、青春を謳歌しております。下の娘は少し歳が離れておりますが、小学六年生で男子に混ざってソフトボールの投手をして

ます。この子の毎週の応援と手伝いで真っ黒に日焼けしておりますが、ゴルフ焼けではありません。私自身も中高と野球部に所属し、この時の同級生が以前、JR西日本硬式野球部の監督を務めておりました。JR

地本日より 夏のバーベキュー大会は 交流を深める楽しみな行事

徳山駅分会は、四月現在九十六名の組合員がいてその中で、契約社員三十名、青年女性委員四十名と若い組合員が多数を占めます。まずは気軽に参加出来るレクリエーションに積極的に参加してもらえよう努めています。特に、毎年夏に行っている、海の家でのバーベキュー大会は、二日間通じて多くの組合員に参加してもらい、組合員同士の交流を深めると共に、支部の役員との意見交換の場として、また今では組合員の夏の楽し

るレクリエーションに積極的に参加してもらえよう努めています。特に、毎年夏に行っている、海の家でのバーベキュー大会は、二日間通じて多くの組合員に参加してもらい、組合員同士の交流を深めると共に、支部の役員との意見交換の場として、また今では組合員の夏の楽し

安全を科学する④

「ヒューマンエラーを少しでも減らすために」

「事例でわかるヒューマンエラー」

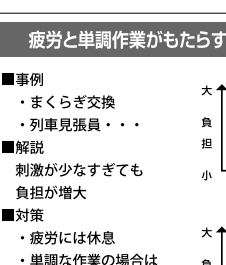
安全研究所ではまず最初に、「ヒューマンエラー」を分かってもらうための手引きを作りました。それが「事例でわかるヒューマンエラー」です。

「事例でわかるヒューマンエラー」

安全研究所ではまず最初に、「ヒューマンエラー」を分かってもらうための手引きを作りました。それが「事例でわかるヒューマンエラー」です。

安全研究所ではまず最初に、「ヒューマンエラー」を分かってもらうための手引きを作りました。それが「事例でわかるヒューマンエラー」です。

安全研究所ではまず最初に、「ヒューマンエラー」を分かってもらうための手引きを作りました。それが「事例でわかるヒューマンエラー」です。



疲労と単調作業がもたらすものは?(単調)

昨夜ぐっすりねむったのに 日中眠たくなるのはなぜ?(眠気)

ウエスト君

中野りき(258)

今、研究所で「睡眠の取り方及び眠気防止に関する研究」をしています。眠気によると思われる事故事例を調べてみると、年代による差がかなりあります。発生率(一〇〇人あたりの発生件数)は、二〇代が〇・七四、三〇代が〇・三六、四〇代が〇・二〇、五〇代が〇・一六、六〇代が〇・一〇、七〇代が〇・〇六、八〇代が〇・〇三、九〇代が〇・〇一、一〇〇代が〇・〇〇と、年代が上がるにつれて、発生率が低下しています。これは、年代が上がるにつれて、生活リズムが整っていき、睡眠の質が向上しているためです。また、年代が上がるにつれて、身体的な負担が減少していることも一因です。したがって、睡眠の質を向上させるためには、生活リズムを整えることが重要です。具体的には、規則正しい生活を送る、十分な睡眠をとる、ストレスを軽減するなどが効果的です。

各地方本部定期大会を開催し方針を決定!
安全文化の確立、組織の強化・拡大をはじめとする諸問題を積極的に議論し、
更なる飛躍を果たすべく、JR西労組運動をスタートさせた。

地本名	行事	日時	場所
大阪地方本部	第19回定期大会	8月5日(木)	大阪厚生会館
京都地方本部	第19回定期大会	8月7日(土)	大津市(滋賀ビル)
神戸地方本部	第18回定期大会	8月7日(土)	川重パトリア
岡山地方本部	第21回定期大会	8月7日(土)	岡山市オルガホール



トビックス

生活習慣病になりやすい生活をチェック!!

生活習慣病の予防には、肥満の予防が基本となります。まずは生活習慣をチェック。「はい」と答えた項目が多いほど、生活習慣病になりやすい生活を送っているといえます。

20歳のときの体重から10kg以上増加している (はい いいえ)	就業前の2時間以内に夕食をとることが (はい いいえ)
1日30分以上の軽い汗かく運動を (はい いいえ)	週に3回以上ある (はい いいえ)
週2日以上行うことを一年以上実施していない (はい いいえ)	夜食や間食が多い (はい いいえ)
日常生活において歩行または同等の身体活動を (はい いいえ)	朝食を抜くことが多い (はい いいえ)
1日1時間以上行うことを実施していない (はい いいえ)	ほぼ毎日アルコール飲料を飲む (はい いいえ)
同世代の同性と比較して歩く速度が遅い (はい いいえ)	睡眠で休養が得られていない (はい いいえ)
この1年で 体重の増減が±3kg以上あった (はい いいえ)	現在、たばこを習慣的に吸っている (はい いいえ)
早食い、ドカ食い、ながら食いが多い (はい いいえ)	

資料:厚生労働省