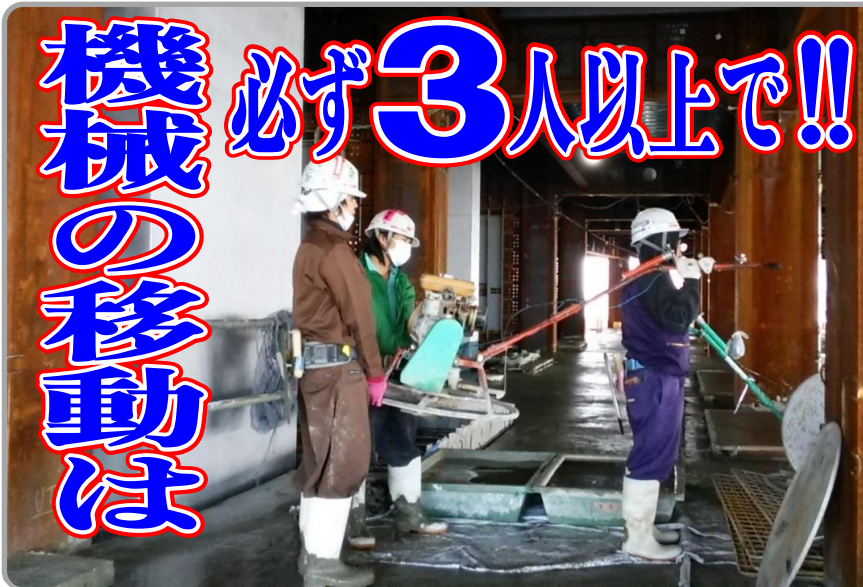


機械の移動は必ず3人以上で!!



先月までに2名がケガ…

◆機械（パワートルウエル）の移動中に2人の仲間がケガをしてしまいました。外傷は無く体をひねった軽い筋肉の挫傷で1人は幸いにも大きなケガに至りませんでしたが1人は約2ヶ月の休業という大きなケガとなりました。機械搬送後のスラブ上の移動はどうしても人力に頼らざるを得ません。不安定な鉄筋やワイヤーメッシュの上を約80kgの機械を持って運ぶのは大変なことです。移動する時は必ず3人以上（余裕があれば4人以上）で行い、必ずメッシュロードの上を歩くようにしてください。

朝の時間に余裕を!

ハタバタの朝は事故やケガにつながります。朝の時間に余裕を持つことが大切です。現場には早目に入場し朝礼前や打設開始前に全員で分担して余裕を持って前段取りを行いましょ。その為にも前日は早目に就寝し十分な睡眠をとりしっかりと朝食をとってから現場に入りましょ!ケガをしてからでは取り返しがつきません。サクマの仲間からは1人のケガ人も出すことの無いよう皆でカバーしながら安全施工に努めてください。



◆今年度も玉掛け技能講習を実施します。該当者は会社より後日ご連絡しますのでよろしくお願ひします。
(講習費用は会社で負担します)

◆5月は新緑の眩しい心地良い季節ですが要注意の時期でもあります。5月病…職場や学校など新しい環境に適應できないことに起因する精神的症状の総称で「ヤル気が出ない・何となく気分が落ち込む・疲れやすい」などその症状は様々です。一過性のものであれば1~2ヶ月程度で自然に改善すると言われて

マインドフルネス療法って何…?

いますが放っておくと「うつ病」になる危険性も!そうなる前の簡単な予防法にマインドフルネス療法というものがあります。これは怒りや妬み悲しみなどのマイナスの感情が前頭葉を支配してしまう前に、日常の自分自身を洞察することでネガティブ

思考を回避するという考え方で。具体的には…①自分の動作や感情を声に出してリアルタイムに実感する。②ありのままの自分を客観的に捉える。この2つを1日3分実践します。例えば「歩く」ことを実践すると…右足を上げる→降ろす→左足を

上げる→降ろす…これを声に出し実感して今を見つめると、ネガティブな思考がスッと消えて心が落ち着くんだそうです。「うつ病」には様々な程度があります。みんな大丈夫…とは思いますが、皆さんの大切な人にもしそんな兆候が見られたら参考にしてみてください。

サクマ今月の格言

二度見たレベルは三度見たゴロに
なるまで確認

◆レーザーセット後は打設前に監督さん立会いのもと打設範囲の「始め・中間・終わり」×各5箇所=計15箇所以上を必ずレベルチェックしてください。

社長の一言

如何なる
言い訳も
仕事が悪ければ
通用しない



5月お誕生日の皆さん

- ◆佐久真建吉社長
- ◆平川 信之さん
- ◆我那覇敏幸さん
- ◆照喜名信幸さん
- ◆伊藤 基英さん
- ◆平良 勝広さん
- ◆国吉 将さん
- ◆佐々木康晃さん
- ◆奥平 智樹さん



今月の元気メニュー 宮古牛ハンバーグ

(南池田冷凍食品さんの宮古牛ハンバーグ)ご存知の方も多いたと思いますが、旨み・香り・溢れる肉汁…どれをとっても美味しい激ウマな逸品です。



池村 光博 職長



池村 良和 職長

職長紹介

- ①趣味
- ②好きな食べ物
- ③好きなことば
- ④一番大切な物(言)

- ①子作り
- ②肉または女子
- ③金銭仕上
- ④家族と友だちとサクマの仲間
- ①ギャンブル
- ②駒岡坦々麵
- ③お金にまつわるエトセトラ
- ④仲村渠広次

編集後記

4月に降った雪は5年ぶりとのこと。桜に雪化粧は何とも素敵な光景でしたが気温変動には気を付けたいものです。下は昨年平均気温で4月と5月では5.3℃も差があり5月の最高気温は25℃まで上昇しました。現場体感温度はそれ以上ですので体調管理には十分気を付けて下さい。(編集・文責：岡部 聡)

4月 15.0℃
5月 20.3℃
6月 23.4℃



おめでとう