Haraguchi News

第　3　号

社員の皆さん、毎日の配送業務、大変お疲れ様です。
8 月は、お盆過ぎから、梅雨が戻った様な天気が続き、気持ちも、ジメジメするような天気が続きましたが、9 月に入り秋の気配を感じるような気候へとなってきましたね。
今からの季節は、体調を崩しやすいので、体調管理への意識を高く持っていただき、風邪などを引かない様、笑顔で頑張りましょう。
そして、9 月は会社にとっては、節目の月でも有ります。当社は、令和 3 年度が 3 月からスタートをして、8 月が上半期の決算月です。9 月からは年度の後半戦『下期』がスタートする月です。
今年度発生をした、前半戦の車両事故について、振返ってみたいと思います。

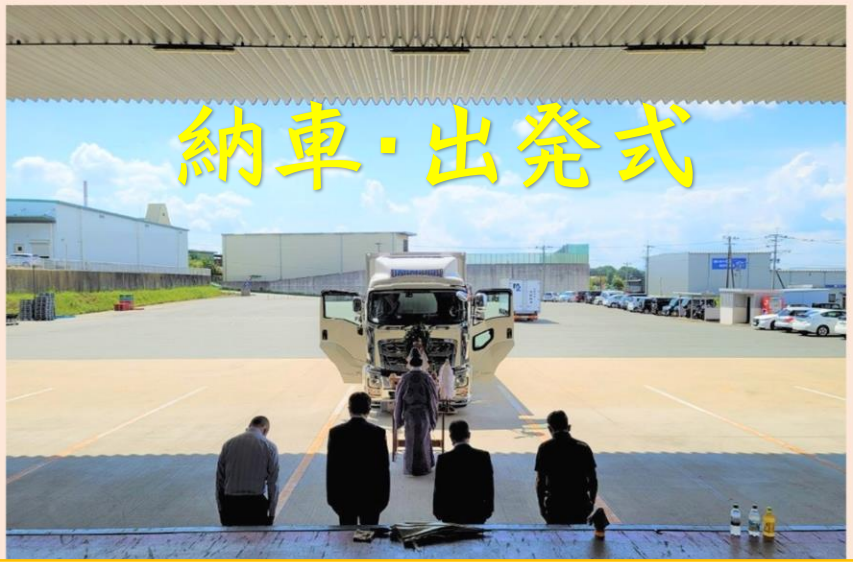
【令和 3 年度】
3 月度：接触事故　4 件
4 月度：バック事故　2 件（被害事故　1 件）
5 月度：無し（事故ゼロ）
6 月度：無し（事故ゼロ）
7 月度：接触事故　1 件
8 月度：無し（事故ゼロ）

無事故を達成は、5 月･6 月･月･8 月』の 3 か月間です☆彡
事故が発生した月は、『3 月･4 月 7 月』の 3 か月です
また、事故件数を見てみますと、上半期で軽微な事故が『7 件』です。6 ヶ月平均で考えてみると、1 ヶ月に 1 件以上の軽微な事故が発生したことになります。
令和 3 年度後半は、一人ひとりが、軽微な事故を発生させないので、軽微な事故発生させない為に、まずは、日常点検の徹底と、車両美化の意識向上をお願いしたいと思います。皆さんと一緒に、全員参加で、笑顔を絶やさずに頑張りましょう。宜しくお願い致します!!

【９月の安全運転目標――運転者の皆さんへ】
■一瞬の見落としに注意しよう
横断歩行者、自転車の「見落とし」は運転者の油断から
９月になって、夏休み明けの登下校児童の姿が見られるようになっています。
　この時期、まだ残暑で暑い日が続きますので集中力が途切れがちですが、一瞬の油断でわき見やボーッとしたとき、歩行者などを見落としやすいので注意しましょう。
　とくに、信号のない見通しのよい道路では、漫然と進行しがちです。前方に横断歩道があっても、歩行者が待つだろうといった甘えた気持ちで運転して通過しようとすると、横断し始めた歩行者を見落とす危険があります。
　学童の通学路などで小学校低学年の児童が手を挙げているときは「車が止まってくれる」と考えて、信号のない横断歩道を横断することが多くありますので注意してください。

《　遂に！ラッピングトラックのデザインにあれが！！　》

先月の終わり､8 月 30 日（大安）の日に､新車の納車出発式を執り行わさせて頂きました。
今回は､当社にとっては､初めて荷主様で有ります､株式会社九州ｼｼﾞｼｰ様の､ﾌﾟﾗｲﾍﾞｰﾄﾌﾞﾗﾝﾄﾞ商品数十点を､トラックの荷箱外側の左右に､ラッピングをさせていただく事になりました。
会社にとっては､本当に名誉あることと､感謝をしています。
これは､普段から現場で､一生懸命に頑張っていただいている､管理者始め､ﾄﾞﾗｲﾊﾞｰさん達の､責任有る行動が『信用』となり､実現できた事と感じております｡本当に､有難う御座います。
8 月 30 日の納車･出発式の様子です。



納車･出発式は、(株)九州ｼｼﾞｼｰJD センター様のﾄﾞﾗｲ棟にて、執り行わさせて頂き、九州ｼｼﾞｼｰ様からも、式に参列して頂きました。
(株)九州ｼｼﾞｼｰ様より　専務取締役　在津様、物流担当部長　佐久間様

九州ｼｼﾞｼｰ様の、在津専務様と、佐久間部長様にも、トラックのお清めをして頂きました。

今回、いすゞのギガを導入した決め手は！
『ブラインドスポットモニター（BSM）が、標準装備になっていることです。
簡単に言うと、死角エリアの物体を検知し警告する装置です。
より安全に運行をする！ということを、一番に考えて、導入をしました。

シジシー様の、プライベート商品がズラリと大型トラックの大きな荷箱に、ラッピングされています。

近くで見ると、迫力が有ります!!

【９月の健康管理目標――従業員の皆さんへ】

十分な準備をして運動をしよう

■肉離れや捻挫に注意

運動の秋です。９月に入って朝晩は少し涼しくなるので、そろそろ身体を動かそうという人も多いでしょう。2020 年のスポーツ庁の調査では、中高生から高齢者までの幅広い年齢層で、体力・運動能力の低下が見られたということです。コロナ禍で運動不足の人が増えていることが影響していると見られますので、運動の再開は大変によい心がけですが、十分なウォーミングアップをするように注意しましょう。運動不足の人が急に激しい運動を再開すると、ふくらはぎや太ももなどの肉離れを起こしたり、バランスを崩してつまづき捻挫などの外傷を負う危険があるからです。

「肉離れ」はその名の通り筋肉の断絶で、縮んだ状態から急に伸びる力が加わったときや筋肉が伸ばされながら収縮したとき、部分的に断裂してしまう症状です。

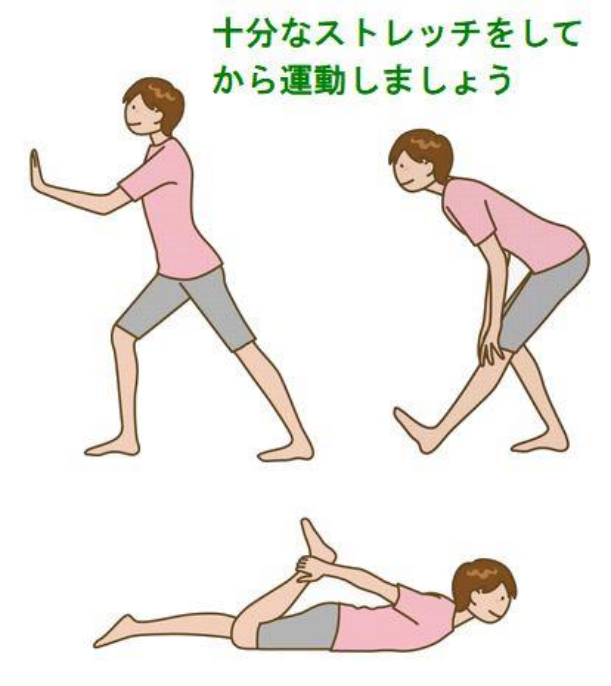
痛くて歩行が困難になることもありますので、肉離れを防ぐ措置が必要です。

■ストレッチを十分に行う

肉離れなどを防ぐには、まず、十分なストレッチを実施してから運動を始めることです。とくに、ふくらはぎやアキレス腱・足の裏、太ももの後面（ハムストリングス）などを伸ばすことが大切です。

また、日常的なウォーミングアップも重要で、運動を始める１週間前ぐらいから、床の拭き掃除など筋力を使う家事を積極的に行ったり、駅まで早足で歩くなど筋肉を意識的に動かす習慣をつけることです。歯磨きのとき鏡を見ながらつま先立ち、片足上げなどを繰り返すのもよいでしょう。

さらに、ラジオ体操などを実践することもおすすめです。

こうして毎日、筋肉に十分な刺激を与えてから、ゆとりを持って休日の運動などに取り組みましょう。

なお、運動時には筋肉が固くなるのを防ぐため、水分を補給しながら身体を動かし、ときどきスポーツドリンクや塩飴などでミネラル分を補給することも忘れないようにしてください。