

安全ミーティング、KY活動実施要項

1. 整列、番号、挨拶、健康確認。
2. 連絡事項の伝達。（他社都合での立入禁止場所、危険場所や調整事項（クレーン使用時間など））…朝礼でも発表があると思いますが、ミーティングでも自社作業周辺について伝達。
3. 作業内容、作業方法、作業場所の範囲、作業員の配置、作業員の役割、使用機器、材料、保護具、及び注意事項。（手順書、クレーン又は重機車両作業計画書を使用）
4. 作業員からの意見、質疑応答、ヒヤリハット
5. KY（1）テーマを決める（本日作業の1シーン）
（2）ワンポイントかSKYで行う

良い例



悪い例



チームワークの良いところほど円陣が小さい

指 差 し 唱 和

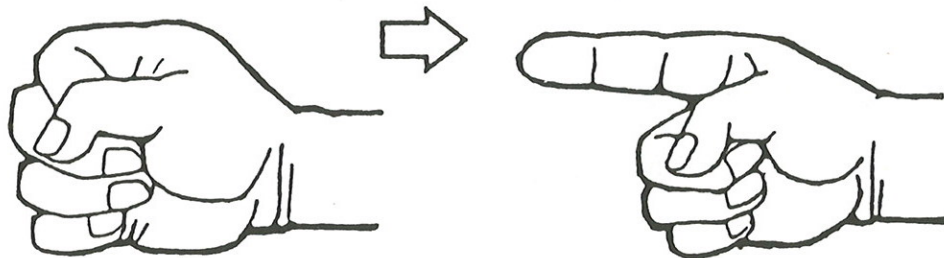
〔ねらい〕 全員で対象を指差し、スローガンなどを唱和して確認することにより、必要な事項を頭にたたき込み、また、気合を一致させて一体感、連帯感をもり上げる。（全員で「危険のポイント」、「チーム行動目標」などを唱える）

- 〔 型 〕
- ① 目……………対象をみつめる
 - ② 口……………大きな声で「～ヨシ！」
 - ③ 耳……………自分の声を聞く
 - ④ 腕・指……………左手は横から腰にあてる。右腕を伸ばし、右手人差し指で対象をさす。「～」で一旦耳元まで振り上げて「ヨシ！」で振りおろす。

締まった形をつくる!!
たてけん
縦拳の形から…

親指を中指にかけた縦拳たてけんの形から、
人差し指をまっすぐに突き出すと締
まった形になります。

人差し指をまっすぐ突き出す



(イラスト/大西三朗)

〔やり方〕 リーダーの「～ ヨシ！」の「ヨシ！」を合図に、全員でいっせいに指差し唱和

- 〔い つ〕
- ① 目標唱和
 - 朝礼時・終礼時
「一人ひとり カケガエノナイひと ヨシ！」
「ゼロ災でいこう ヨシ！」
 - ② 確認唱和
 - 各実技の進め方説明の後
「KYT基礎4 ラウンド法開始 ヨシ！」
 - KYTの第2 R
危険のポイント 「～なので～になる ヨシ！」
第4 R
チーム行動目標 「～を～して～しょう ヨシ！」

タッチ・アンド・コール

〔ねらい〕 手や身体を触れ合わせて指差唱和することにより、さらに一体感を強める。ミーティングの開始・終了のけじめをつける。

〔型〕 ① タッチ型



円陣をつくる

左隣りの人の肩に左手を置く

右手人差し指で円陣の中央をさす

② リング型



円陣をつくる

左手で左隣りの人の親指をにぎりあいリングをつくる

左手人差し指でリングをさす

③ 手重ね型



円陣をつくる

左手を重ね合わせる

(リーダーは一番下で、手のひら上向き)

右手人差し指で重ね合わせた左手をさす

〔やり方〕 リーダーの「～ヨシ!」の「ヨシ!」を合図に全員で指差し唱和(コール)する。

指 差 し 呼 称

〔名 称〕 ユビサシ コショウ (この研修では)

指差呼称 ユビサシコショウ／シサコショウ

指差唱呼 ユビサシショウコ／シサショウコ

指差称呼 ユビサシショウコ／シサショウコ

指差喚呼 シサカソコ

などという

〔ねらい〕 眼、腕、指、口、耳など感覚を総動員して、

作業の要所要所で一人ひとりが

安全で誤りのない作業を進めていくために行う確認行動

(全員でスローガンなどを唱える指差し唱和と異なる)

〔 型 〕 指差し唱和と同じ

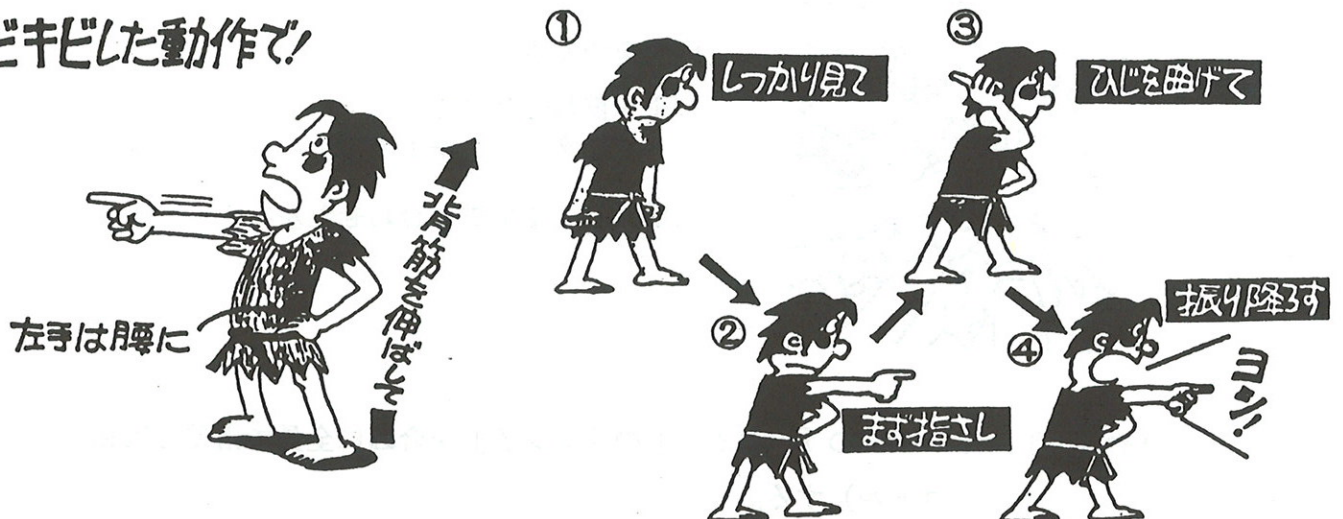
〔い つ〕 作業の要所要所で一人で行う。

(例) 「脚立位置 ヨシ!」「酸素濃度21% ヨシ!」

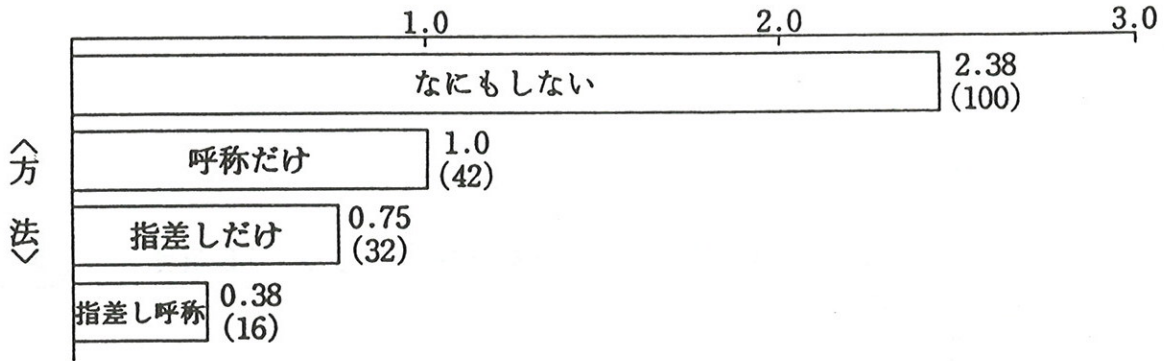
「圧力〇〇キロ ヨシ!」「イス押し込み ヨシ!」

指差呼称は、対象物をしっかり見て、右手人さし指をさし、ひじを曲げ、手を肩の上まで引いてから、ヨシ!の声とともに確認する対象物に向って、腕、指を振り降ろして伸ばします。

キビキビした動作で!



指差し呼称の効果検定実験結果(平成6年 (財)鉄道総合技術研究所)
 〈押しあやまり%〉(百分率)



意識レベルの5段階(橋本邦衛)

フェーズ	意識のモード	注意の作用	生理的状态	信頼性
0	無意識失神	ゼロ	睡眠・脳発作	0
I	意識ボケ	不活発	疲労単調 ねむけ・酒酔い	0.9以下
II	正常・くつろぎ	心の内方 に向かう	安静起居・休息 定常作業時	0.99~0.99999
III	正常・明快	アクティブ 前向き	積極活動時	0.999999以上
IV	過緊張	一点に凝集	感情興奮 パニック	0.9以下

1 分間黙想法について

① 立ったまま両手を下におろす
(椅子に坐って
もよし)

② 軽く目を閉じ
○鼻から息を吸い込み
○口から長く静かに息を吐く
(1~2回)

③ 息を吸いながら両腕を肩の位置で折り曲げ、こぶしを強く握って全身にぐっと力を入れる(3~5秒この状態で静止する)

④ 口から大きく長く息を吐きながら両腕をだらんとおろす(同時に)全身の力を抜いてリラックスする
頭はややうつむきかげん
[弛緩]

⑤ そのまま全く力を抜いて頭の中をカラッポにして自分を投げ出すようにする
(リラックスできないときは
はじめからやり直す)
投げ出す

⑥ 鼻から息を吸って口から細く長く静かに吐き出す
呼吸に意識を集中させて心の中で「ひとつ」とつぶやく
(逆腹式呼吸)
吐くときふくらます [調息]

⑦ 頭から足の先まですべての筋肉をリラックスさせるとともに、心もリラックスさせる
[弛緩]

⑧ 60秒たったなら静かに目をあけ、手足を軽く屈伸して調整する

健康 K Y システム図

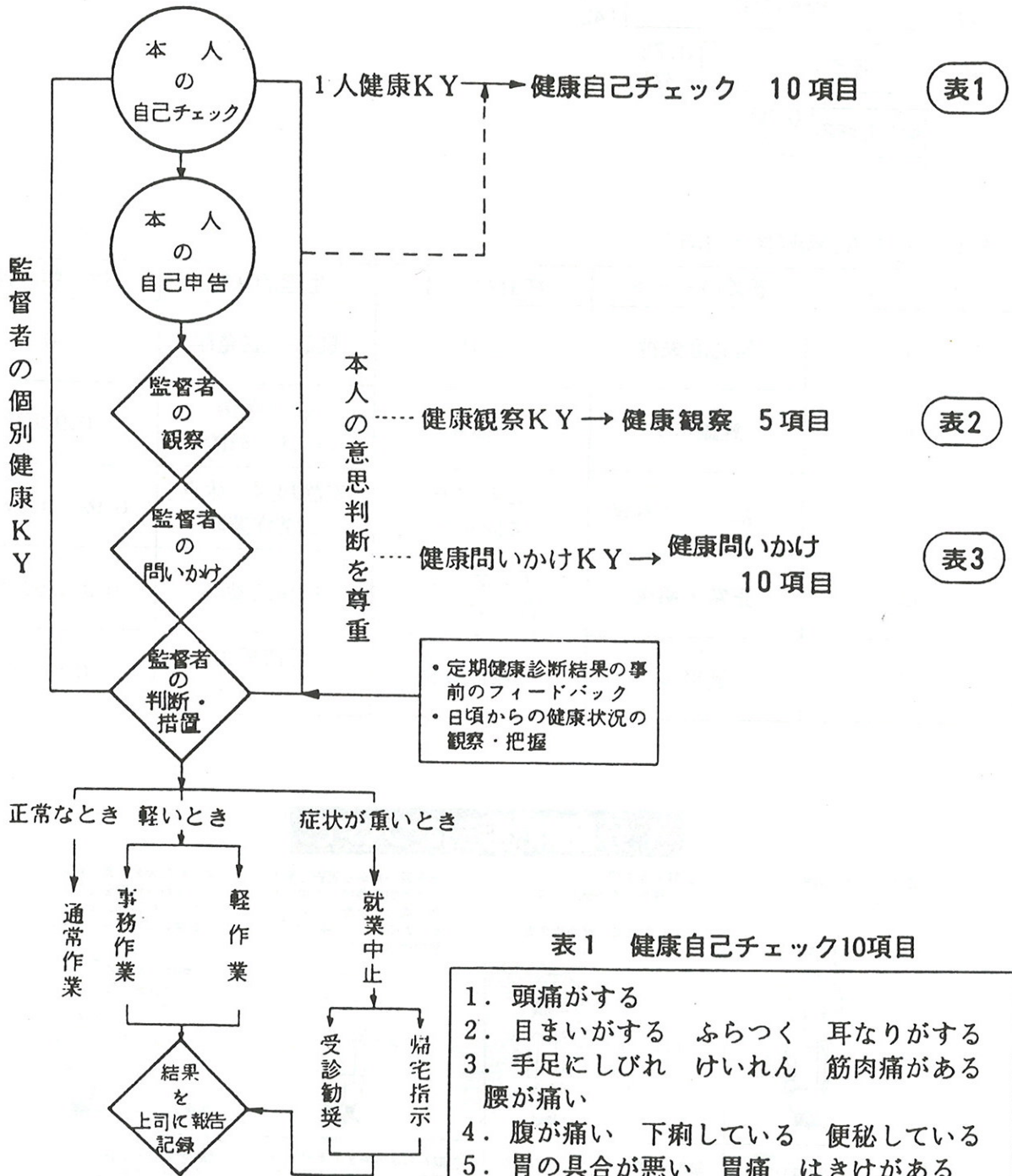


表1 健康自己チェック10項目

1. 頭痛がする
 2. 目まいがする ふらつく 耳なりがする
 3. 手足にしびれ けいれん 筋肉痛がある
腰が痛い
 4. 腹が痛い 下痢している 便秘している
 5. 胃の具合が悪い 胃痛 はきけがある
 6. 熱がある
 7. 心臓の具合が悪い どうき・不整脈がある
 8. 出血している
 9. 咳 くしゃみ 鼻水がでる
 10. だるい ねむい
- その他(自覚症状)

表2 健康観察（監督者→作業員）5項目

1. 姿勢はどうか シャンとしているか 呼吸の仕方は
 2. 動作はどうか キビキビとしているか ダラダラしていないか
 3. 顔つき・表情はどうか イキイキとしているか 明るいかな 暗いかな
 4. 目玉はどうか キリッと澄んでいるか 血走っていないか
 5. 会話はどうか ハキハキとしているか 大きいかな 声のほろは
- その他 必要があれば体温・脈拍・呼吸数を検査（体操前、体操後など）

表3 健康問ひかけ（監督者→作業員）10項目

1. よく寝たか？ よく眠れたか？ すっきり起きたか？
2. 食欲はどうか？ メシはうまいか？ 普通に食べたか？
3. 熱があるか？ 脈拍はどうか？
4. 医者にかかったか？ みてもらったか？
5. 薬をのんでいるか？
6. 腹具合はどうか？ 便通はあったか？ 便秘していないか？
7. どこが痛いかな どこかだるいかな？
8. 夜ふかししたか？ 疲れがとれないか？ めまいがないか？
9. 飲んだか？ 飲みすぎたか？
10. どんな具合か？ 症状は？

研修会中の実践

- ① 各実技の『導入＝整列・番号、挨拶、健康確認』
- ② チーム朝礼・終礼の『整列・番号、挨拶、健康確認、5秒^{ポーズ}、T&C』の“健康確認”で、リーダーはメンバーの誰か1人を対象に健康問ひかけを行う。
問ひかけ内容、応答はアドリブ。

健康問いかけ K Y T 役割演技シナリオ

(シナリオ役割演技訓練)

○役割分担

監督者⇒E, 部下⇒A, B, C, D, F

(Fが不在のときはBが代行)

○進め方のポイント

円陣を組む。名前でよびかける。具体的に問いかける。

監督者	部 下	
E	全 員	「整列。点呼とります。番号」 「1、2、3、4、5」
E	全 員	「お早うございます。」 「お早うございます。」
E	B	「 <u>B 君 体操がきちなかったけど。あ、目も赤いな。 どうした</u> 」 「テレビの見すぎで12時過ぎに寝たので、若干、寝不足 気味です。体操の時、靴の中に石が入ってしまって…」
E	B	「作業はしっかりやれますか？」 「差し支えありません。」
E	C	「 <u>C 君 朝食は十分食べましたか？</u> 」 「今朝はいつものとおり、野菜も十分取りました。」
E		「C 君はいつも顔色がいきいきとしていいですね。」

E		<u>「D 君 このところ便秘ぎみだと聞いているけど、今朝はどうだった？」</u>
	D	「最近便秘ぎみで、今朝もありませんでした。しかし作業に差し支えはありません。」
E		「野菜を十分食べるとよいそうですね。一度医者にご相談してみたら……」
	D	「はい分かりました。」
E		<u>「A 君 ゆうべ同期の送別会があったそうですが…」</u>
	A	「すこし飲み過ぎで、今朝はちょっと頭痛がします」
E		「それはいかな。高所作業はやめて、下で片付け作業をしながら様子をみよう。もし調子が悪くなれば早めに連絡して下さい。」
	A	「はいわかりました」
E		<u>「A 君 血圧の具合はどうですか？」</u>
	A	「130 と 70 の正常です」
E		「日頃の減塩食と運動の成果が出ているようですね。今後続けて下さい。」
E		<u>「F(B)君 昨日、帰りぎわに寒気がすると言ってたけど、今朝はどうですか？」</u>
	F(B)	「今朝はちょっと頭痛がしますが大丈夫です」
E		「もし調子が悪ければ遠慮なく早めに連絡して下さい。」
	F(B)	「はいわかりました。」
E		「それでは、今日の作業は……（省略）」
E		<u>「タッチ アンド コールで作業にとりかかろう。B 君 唱和のリードをして下さい。」</u>
	B	「一人ひとりカケガエノナイ人 ヨシ！」
全	員	「一人ひとりカケガエノナイ人 ヨシ！」