

エスユー通信



社長挨拶

皆さん毎日の作業お疲れ様です。

GW 前の繁忙期、GW 中とお疲れさまでした。お休みが取れなかった人も、しっかりと代休を取り、リフレッシュして下さい。

もうすでに、気温は 20 度を上回る日が多くなってあります。そこで注意をしたいのが、熱中症です。

例年は梅雨時期（6 月）を目安にアナウンスしておりますが、暑さが前倒しになり、作業がしにくくなってあります。

リスクアセスメントを活かし、事務所の皆さんは、お客様へ熱中症予防の現場対策をお願いして下さい。現場の皆さんは、モードを夏仕様に変更して下さい。

水分補給は喉が渇いてからではなく、30 分、1 時間ごとにとること、さらに塩分・カリウム（とろろ昆布・海苔・塩昆布等海藻類）を補給すると熱中症にかかりにくいです。

近年は塩分（ナトリウム）だけでなく、カリウム摂取が効果的とされています。特に含有量としては海藻類が豊富で、バナナの 10 倍程あるそうです。OS-1 とスポーツドリンクの違いはカリウムの含有量です。食物での摂取が難しい時は OS-1 がおすすめです。

朝晩は寒く、日中は気温が夏並みに高い状態が続きます。何度もお話をさせて頂いておりますが、人間の情緒不安定は気温差 $\pm 5^{\circ}\text{C}$ で起こります。ですから、注意力不足になりがちなのです。普段通りに作業をしているつもりでも、ミス操作やミス作業をしてしまいがちになります。

さて、気温差 $\pm 5^{\circ}\text{C}$ とはいつ頃が多いのでしょうか。実は、ほぼ毎日なのです。

事務所の皆さんはエアコンの使用や出勤時間が遅い為熱中症になりにくいのですが、現場の皆さんの出勤時間（早朝・夕方）においては、仕事のピーク時間と照らし合わせると、ほぼ毎日その状態です。

まずは、この認識を頭に入れてください。そして、注意力をリセットするのが、仮眠です。15 分～30 分の仮眠をとると脳を活性化させてくれます。休憩を出来るだけ多くとり、仮眠を心掛けてください。

仮眠をとる時の注意は、30 分以上寝ないこと。時間があるからと言って 30 分以上寝ると睡眠慣性（慣性の法則）が発生して眠気が抜けません。携帯のアラームをセットして 15 分から 30 分で仮眠を止めて、仮眠の後は、出来れば太陽の下で体操をしましょう。太陽が出ていなければ、LED 照明（コンビニや自販機）の前で体を動かしてから作業・運転に入して下さい。

出来れば毎日のルーティーンにし、注意力不足を補うよう心掛けましょう。

さて、6 月は第一四半期の最終月です。4 月から目標に行ってきた行動計画の検証もしなくてはなりません。上手くいったことは継続、結果の出なかったものは、やり方の変更をして下さい。

しっかりと、PDCA サイクルを回転させ、検証をして、第三四半期に繋げて行きましょう。よろしくお願いします。

代表取締役 清水 英次

所長だより



島津 翔 所長挨拶

皆様、日々の業務お疲れ様です。

清水運輸グループ、羽生事業所にて所長を務めております、島津翔と申します。

2012年11月に、清水運輸株式会社行田営業所（現エスユーロジ）夜間点呼者として入社致しました。

入社したきっかけは、21歳の時に今もドライバーとして活躍している1つ上の友人から誘われたことです。それから当時の所長に、ドライバー希望として面接をしていただきましたが「夜間点呼者がいないからとりあえずやってくれ」との一言から、夜間点呼、配車、整備管理、運行管理を経験させていただき、現在に至ります。

ありがたいことに、各分野でプロフェッショナルな上司に指導していただき、スキルアップできたことには感謝しかありません。

今後も当社の発展に一層努力いたす所存でございますので、何卒皆様のご協力とご支援を賜りますようよろしくお願いいたします。

季節の変わり目となり、体調が崩れやすい時期になってきましたので風邪などひかぬようご自愛ください。

社歴

2012/11/12 行田営業所 運行管理課 パート入社
2013/04/01 行田営業所 業務課 整備管理係
2014/04/01 羽生事業所 主任
2019/02/01 羽生事業所 係長
2021/04/01 羽生事業所 所長代理
2022/04/01 羽生事業所 所長



羽生事業所紹介



2008年10月 清水運輸(株) 行田営業所 開設

2013年10月 (株)エスユーロジ 羽生へ事業譲渡

従業員数 40 名 大型：14 台、7t：11 台、4t：11 台

羽生事業所は、東北自動車道羽生ICの側に車庫と事務所を構えております。メインのお仕事は加工食品やペット用品、飲料、雑貨、ホームセンター店舗配送と、様々な配送を行っていることで、自分に合った仕事をできる事が特徴です。

毎年羽生市で開催されている『世界きやらくたーサミット in 羽生』にも、ステージとして車両提供しており地域密着の貢献活動も行っています。事故防止活動としては、班長さんを中心にKYT（危険予知トレーニング）を毎月行っており、安全について事業所全員で取り組んでいます。今後も安全第一で仕事に邁進し、皆さんと協力して成長していきます！

品質通信

<もうすぐ梅雨入り！注意すべきこと>

タイヤの状態を確認

雨天時や路面状況が悪い時の対応・注意点

- ▶ 停止距離＝タイヤコンディションで変わる、タイヤチェックは毎日の習慣に
- ▶ カーブ＝雨天時のインコース走行は危険…チリやゴミが溜まりスリップしやすい
- ▶ 視界＝ライト点灯…自分の存在を周りにも知らせる



路面状況に注意！

Q. 雨の降り始め&上がった直後どちらの方が事故発生率が高い？

A. 上がった直後の方が事故の発生率が高い。

意識の問題で、雨の降り始めは雨が降ってきたという意識になりますが、**上がった直後**というのは、**雨が止んだという意識**になりがちに。ですが、**路面状況が悪い**ことには変わりありません。そのため上がった直後の事故発生率が高くなりますので、雨上がり後も緊張感を保っておく必要があります。

💡 思い出してみましょう

- ・ 空走距離＝危険を認知しブレーキを踏みブレーキが効き始めるまでの距離
- ・ 制動距離＝ブレーキが効き始めて実際に車が停止するまでの距離
- ・ 停止距離＝空走距離＋制動距離

アスファルト、コンクリート、雨、砂利、雪→停止する距離が異なります。

路面状況は自分でコントロールできませんが、速度は自分でコントロールできます。

制限速度よりスピードを落とす必要もあると認識しましょう。

安全な車間・安全な速度

停止距離

空走距離＋制動距離



	速度	車間距離 【路面乾燥時】	車間距離 【濡れた路面時】
実車時	法定速度から - 10km/h	速度＝車間距離 (40km/時＝40m) (60km/時＝60m)	路面乾燥時の2倍の車間距離
空車時	法定速度	速度＝車間距離 時速40km/時以下＝速度－15m (40km/時＝25m) 時速60km/時以上＝速度－30m (60km/時＝30m)	路面乾燥時の2倍の車間距離

※車間距離＝急停止時に安全に止まれる距離です。

早く届けるのが仕事ではありません。安全に確実にお届けするのが仕事です。