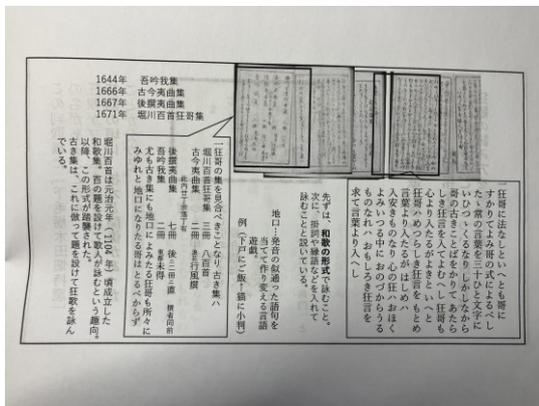


社会保険労務士からの三方一両得だより

令和7年8月20日 第191号

狂歌の講座と栃木市立美術館

今年の大河ドラマ「べらぼう」を御覧になっていますでしょうか。6月ごろの放送で、狂歌がしきりに取り上げられていました。狂歌という言葉については国語か歴史の授業で聞いたことはあったのですが、どういものなのか全く理解していませんでした。ドラマの中での狂歌は、昔の和歌をもじったりと何やら知的なもののように興味をそそられていたところ、「あなたも今日から狂歌師」(講座名も言葉がかかっていますね)という講座を見つけましたので、参加してみました。



狂歌のルーツから江戸時代出版された狂歌の書き方の本の解説や、どんな題材で狂歌が作られることが多かったかなどを、詳細に解説していただきました。内容が盛りだくさんだったため、講義についていくのが大変で、かなり疲れしました。

江戸時代の識字率の高さが世界一だったという話は良く聞きますが、狂歌を面白いと感じるためにはかなり

こんな詳細なテキストが20ページもあります

の知識レベルが必要で、当時の一般庶民の文化レベルの高さには驚くばかりです。私は負けてます。

会場の隣が栃木市立美術館で、これまたべらぼうに頻出する浮世絵に関する展示だったので、ついでに拝観してきました。栃木の豪商が狂歌を通じて縁を深めた喜多川歌麿に依頼して絵を描いてもらっていたそうで、世の中知らないことばかりです。



タイミングが良かった。



オクラは絶好調です。

我が家の畑
カボチャ栽培が終了しました。一株三個ずつ収穫できて上出来です。トマトは実が次々なるものの虫食いがひどくて、まともに収穫できません。無農薬栽培では限界があり、八月上旬で片づけました。苗づくりが失敗してスタートが遅くなったため、去年に比べてかなり収穫量が少なくなりました。ナス、ピーマンは順調。サツマイモ、菊芋、大葉は、葉が大きく茂っています。ゴーヤ、ミョウガの収穫が始まりました。

40歳から始める職場の転倒対策

先日、畑でしゃがんで作業中にバランスを崩した際、後ろにも作物の畝があったので大きく足を踏み出すことができずに体勢の制御ができなくなりました。何とか重心を横に逃がすも、結果的に横の少し下がった空き地に後ろ回りで一回転して落ちてしまいました。

腕がチクリとするので見てみると、大きなコオロギが噛みついていましたのです。おそらく突然私が転げ落ちてきたので驚いたのですが、私も驚きました。生まれて初めてコオロギに噛まれました。現在54歳ですが、改めて足腰が弱っていることを実感しました。



最近、職場での転倒事故が増えています。東京労働局の調査によれば、休業4日以上の労働災害の約3割が転倒によるものでした。ヒトの筋肉量は30歳以降年間1%くらいの割合で減少していき、40歳代からは加齢に伴う身体機能の低下が徐々に始まるとされており

筋力低下やバランス感覚の衰え、視力の変化が転倒のリスクを高めます。フレイルとは、加齢によって心身の機能が低下し、外部の変化に対応しにくくなる状態であり、早めの対策が重要です。「まだ大丈夫」と思っている、身体機能の衰えは思ったより早く始まります。

◆職場環境と日常業務の見直しによる転倒対策

転倒災害は予防できる事故です。まずは通路の整理整頓、適切な照明、滑りやすい床面の改善など、基本的な安全対策を徹底しましょう。4S(整理・整頓・清掃・清潔)活動や危険の見える化、危険予知(KY)活動を取り入れ、従業員全員が危険箇所を把握しやすくすることも効果的です。

朝礼や業務の合間に簡単な体操や柔軟運動を取り入れる、意識的に階段を使うようにするといった対策で、転倒リスクを大きく減らすことが可能です。

40歳を過ぎたら早めの対策を心がけることが、安全確保につながります。高齢化が進む中、従業員の年齢に合わせた安全対策は、健康維持や生産性向上にも直結する重要な経営課題です。今一度、職場の安全衛生管理を見直してみよう。