

名の崎物語

第 99 号
令和3年2月1日
発行
茨城県古河市
名の崎会広報部会



日野自動車(株)古河工場長 江原 和司

はじめまして。

昨年2月に赴任してきました日野自動車古河工場長の江原です。

なかなか皆さんにご挨拶する機会もなく、今回このような非常に貴重な機会を頂きましたので、本格稼働を始めて約3年になりますが、古河工場のその成り立ちについてお話ししたいと思います。

古河工場は、弊社国内工場の再編方針に基づき、当時旗艦工場だった日野工場に代わる新たな大中型車両及び海外生産用部品の出荷拠点と位置づけ、工場移転を推進して参りました。

更にこの移転は、ただ単に場所の移転に留まらず、新しい生産方式を実現し、モノづくりの構造改革を行う重要な一手だと考えています。

この工場で新技術／新工法の確立を行い、これを海外展開していくグローバルでのマザー工場でもあり、弊社が将来をかけた重要な拠点です。

日本全体でモノづくりが海外へシフトしていく中、自動車産業界でも、「国内最後の完成車工場」とも言われています。弊社が如何にこの地に、この工場に思いをかけてい

るか理解して頂けたらと思います。

また、工場における方針として3つの“やさしい”を掲げ、①“地域に”地域に根差した企業活動、地域の活性化に貢献 ②“働き手に”快適な労働環境、女性や高齢者にも働きやすい ③“環境に”サステイナブルな生産ライン、環境負荷の低い工場 を目指し日々生産活動を行っております。

特に、“地域に”においては、古河工場で生産活動を始めて8年になりますが、今後とも様々な地域貢献活動を通して、皆さんと共に成長し続ける企業活動を行って参ります。

2020年はコロナ禍で多くの地域貢献活動が中止となり、非常に残念ですが再開の際には更なる活性化を図って参ります。

私たちは、地域の皆さんのご理解あってこそこの地で生産活動を行う事が出来ていると考えています。

引き続きご支援とご理解を賜りたく、どうぞよろしくお願い致します。

最後に、まだまだ治まらない新型コロナの感染ですが、皆さんの安全・安心を祈念致します。

年頭のご挨拶

名の崎会会長 染野 則夫

明けましておめでとうございます。

昨年は、コロナ禍大変な1年となり、本年も年末より増加の様相を呈し収束は難しい状況かと思われまます。

皆さんで全員一致団結して、コロナ対策を徹底実行して1日も早い収束を実現させ、皆様と交流を深め住みよい名崎を実現しましょう。その為に、最も大切な『自分自身を守る!』を基本に、甘え、油断を排除して①3密(密集、密接、密閉)を守り、②マスク着用、消毒、手洗い、うがいをこまめに、③不要不急の外出をしない、を強い決意をもって取り組みましょう!

今、世界はコロナ禍もありますが、インターネット(複数のコンピューターを接続した全世界的情報通信網)の普及、技術革新により、更に大きく変わろうとしています。併せて、AI(人工知能)の進歩により、自動運転、ロボット、フィンテック(金融サービス技術)、人工衛星等、携帯電話がスマホにあつと言う間に進歩したように、それ以上に早く、グローバルなデジタル社会は大きく進化し続けます。これから、若者は必然的に順応を求められて行きます。既に言葉1つとっても、世界は英語が当たり前、3～5か国語も話せる社会です。

そこで、重要なことは教育です。世界の進歩に遅れることなく、むしろ1歩先を進むために、時代に即応した・将来を見据え一貫した基礎教育を実行することです。すべての子供たちが、公平に平等に教育を受ける権利を提供してあげなければなりません。しかも何事にも最優先して一刻も早く…責任ある為政者、教育者に強く訴えたい!

『SDGs』『ESG』の言葉が、良い意味で喧伝されています。

SDGs(エスデーजीズ、持続可能な開発目標⇒国連が決めた2030年に達成すべき17の目標)、そして、ESG(E:環境、S:社会、G:ガバナンス⇒今後の目標に向けて企業がどう取り組んでいるかの物差し)これは、会社だけでなく世の中のあらゆる組織がその会社・組織にふさわしい持続可能な目標を定めゴールに向けて取り組み、それがESGに貢献しているか、という国連が提唱している内容です。

名の崎会も名崎地区において『ふれあい、話し合い、助け合いをして、古河市に誇れる名崎づくり』の目標を如何に貢献していくか、出来るかを多くの皆様の協力を得て、役員の皆さんとも勉強し検討していきたいと考えます。

纏まりの無い話となりましたが、要約しますと、若者よ大きくはばたけ!学ぶことは、自分の為であり、学んだ事が能力(知の体力)となる。知識・情報を広く吸収し自分の将来のあるべき姿を探究する。その手助けとなるのが、学んだ事、大いに役立ちます。

年頭に当たり、名崎の発展・繁栄を祈念して、子供たちにエールを送り、併せて名崎にお住いの皆様のご健勝・ご多幸を祈り、挨拶と致します。

『世界にはばたけ、
純真無垢な名崎の子供たちよ!!!』



令和3年正月 名の崎会会長 染野 則夫



救命処置の手順【心肺蘇生法】

(応急手当講習テキストより引用)

いざというときのために、応急手当の知識と技術を身につけておきましょう。

1 安全を確認する

誰かが突然倒れるところを目撃したり、倒れているところを発見した場合には、近寄る前に周囲の安全を確認します。車が通る道路などに人が倒れている場合などは、特に気を付けます。状況にあわせて自らの安全を確保してから近付きます。(図1)



図1 周囲の安全を確認

2 反応(意識)を確認する

傷病者の耳もとで「大丈夫ですか」または「もしもし」と大声で呼びかけながら、肩をやさしくたたき、反応があるかないかをみます。(図2)

ポイント

- 呼びかけなどに対して目を開けるか、なんらかの返答または目的のあるしぐさがなければ「反応なし」と判断します。
- けいれんのような全身がひきつるような動きは「反応なし」と判断します。反応があれば、傷病者の訴えを聞き、必要な応急手当を行います。
- 反応がない場合やその判断に自信がもてない場合には、心停止の可能性があります。大きな声で「誰か来て！人が倒れています！」と助けを求めます。



図2 反応(意識)の確認

3 119番通報と協力者への依頼

図3

「あなたは119番へ通報してください！」
「あなたはAEDを持ってきてください！」



119番通報とAEDの手配

助けを求め、協力者が駆けつけたら、「あなたは119番へ通報してください」「あなたはAEDを持ってきてください」と具体的に依頼します。(図3)

ポイント

- 協力者が誰もおらず、救助者が一人の場合には、次の手順に移る前に、まず自分で119番通報をしてください。また、すぐ近くにAEDがあることがわかっている場合には、AEDを取りに行ってください。
- 119番通報をすると、通信指令員が呼吸の確認等、次の手順を指導してくれます。

4 呼吸の確認

傷病者が「普段どおりの呼吸」をしているかどうかを確認します。

傷病者のそばに座り、10秒以内で傷病者の胸や腹部の上がり下がりを見て、「普段どおりの呼吸」をしているか判断します。(図4)

反応はないが、「普段どおりの呼吸」がある場合は、様子を見ながら応援や救急隊の到着を待ちます。



図4 呼吸の確認

ポイント

次のいずれかの場合には、「普段どおりの呼吸なし」と判断します。

- 胸や腹部の動きがない場合
- 約10秒間確認しても呼吸の状態がよくわからない場合
- しゃくりあげるような、途切れ途切れに起きる呼吸がみられる場合
(心停止が起こった直後には、呼吸に伴う胸や腹部の動きが普段どおりでない場合や、しゃくりあげるような途切れ途切れに起きる呼吸がみられることがあります。この呼吸を「死戦期呼吸」といいます。「死戦期呼吸」は「普段どおりの呼吸」ではありません。)

5 胸骨圧迫

傷病者に「普段どおりの呼吸」がない場合、あるいはその判断に自信がもてない場合には、心停止と判断し、危害を恐れることなく直ちに胸骨圧迫を開始します。(図5・6)

胸骨圧迫によって、全身に血液を送ることが期待できます。



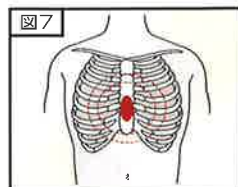
図5 胸骨圧迫



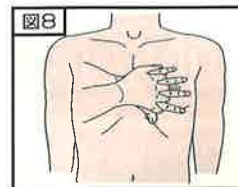
図6 胸骨圧迫の姿勢

胸の左右真ん中にある胸骨の下半分を、重ねた両手で強く、速く、絶え間なく圧迫します。(図7・8)

- ・胸骨の下半分に、片方の手の付け根を置きます。(図7)
- ・他方の手をその手の上に重ねます。両手の指を互いに組むと、より力が集中します。(図8)
- ・両肘をまっすぐに伸ばして手の付け根の部分に体重をかけ、真上から垂直に傷病者の胸が約5cm沈むまでしっかり圧迫します。(図9～12)
- ・1分間に100～120回の速いテンポで連続して絶え間なく圧迫します。
- ・圧迫と圧迫の間(圧迫を緩めるとき)は、十分に力を抜き、胸が元の高さに戻るようにします。
- ・小児には、両手または体格に応じて片手で、胸の厚さの約3分の1が沈むまでしっかり圧迫します。(図13)



胸骨圧迫部位



両手の置き方



両手の組み方と力を加える部位



垂直に圧迫する



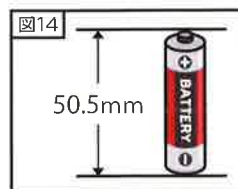
斜めに圧迫しない



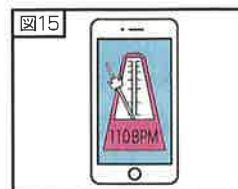
肘を曲げて圧迫しない



小児への胸骨圧迫



単三電池の長さが約5cmです



胸骨圧迫の訓練の際にはスマホアプリなども活用しよう

ポイント

- ・約5cmは、単三電池の長さと同様です。(図14)
- ・胸骨圧迫の訓練を行う際には、メトロノーム等(スマートフォンのメトロノーム・アプリなど)を活用して、1分間100～120回のテンポを体得しておくといでしょう。(図15)

ポイント

- ・心肺蘇生を行っている間は、AEDの使用や人工呼吸を行うための時間以外は、胸骨圧迫をできるだけ中断せずに、絶え間なく続けることが大切です。
- ・心肺蘇生を行っている総時間のうち、実際に胸骨圧迫を行っている時間が占める割合を「胸骨圧迫比率」といい、60%以上が望ましいとされています。

「ひとりでできる簡単ストレッチ」

20～30秒程度時間をかけて行いましょう。

① アキレス腱のストレッチ



両手を腰に当て、片方の足を大きく前に踏み出す。後ろ足のかかとが床から離れないように床に押しつけ、ゆっくりと体重を前に移動させる。

② 大腿裏側のストレッチ



片足のひざの少し上に手をあて、もう一方の足を一步前に踏み出す。前に踏み出した足を伸ばしたままゆっくりとお尻を後ろに引いていく。

③ 大腿表側のストレッチ



両足をそろえて床に座り、両手を後ろにつく。片足のひざを折り、かかとをお尻の横につけるようにする。(少しずつ体を後ろへ倒していく)

④ 首のストレッチ



片手を頭の上を少し越えて反対側の側頭部にあて、その手の側に引っ張り、そのまま静止する。

⑤ 腕のストレッチ



両手を頭上にさし上げて、肘を曲げ、頭の後ろで片方の肘を他方の手でもち、下方へゆっくりと押し下げる。(肘の届かない人は手や手首でもよい)

⑥ 肩のストレッチ



片腕を肩の高さに持ち上げ、他方の手で前から肘のすぐ上の部分を抱え込むようにする。抱え込んだ腕をゆっくり内側へ引き寄せる。

⑦ 体側のストレッチ



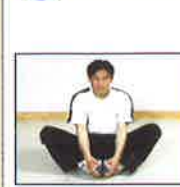
両腕を頭上に伸ばし、片方の手で他方の手首をもつ。持ったほうの手の方向へそのまま真横に体をゆっくり倒していく。

⑧ 腰部のストレッチ



背筋を伸ばして床に座り、片方の足を両手で抱え込んで胸元まで引き寄せていく。伸ばしたほうの脚と胴体が直角になるようにする。

⑨ 内股のストレッチ



床に腰を下ろし、ひざを曲げて両足裏をつける。かかとを内股に近づけ、両手で両足をおさえ、両ひざをできるだけ床に近く下げたまま静止する。

加下間フラワーロード（県道23号筑西三和線沿道）



「花畑」

加下間行政区区長 清水 隆

新年明けましておめでとう御座います。

昨年から、新型コロナウイルス感染が出始め、今年に入ってから増え続ける一方です。そんな中、色々なイベントも中止になったり、また旅行なども控えてという事で中止になったりしています。

そんな中で、心が癒される花があります。今年もまた班長さん方々にご協力を頂いて、花畑を作る予定をしています。ぜひ通りがかったら見てください！

コロナ禍により、今の世の中が少しずつ変わって来ていると思われます。古河市からの緊急情報という事で、市長からのお知らせで、ほぼ毎日のように、古河市においても新型コロナウイルス感染者がメールで送られて来ています。コロナにならないように、皆さん手洗い、うがい、出かける時はマスクを忘れないように心がけてください。



サバ缶のハンバーグ きのこあんかけ

＜一人分栄養量＞

エネルギー 290kcal / たんぱく質 24.1g
脂質 15.5g / 食塩相当量 1.5g

材料（2人分）

- サバ水煮缶 …………… 1缶（190g）
- 豆腐（木綿） …………… 150g
- たまねぎ …………… 1/4個
- ④ 溶き卵 …………… 1/2個分
- パン粉 …………… 大さじ2
- 粉山椒（または胡椒） …… 少々
- 塩 …………… 少々
- サラダ油 …………… 大さじ1/2
- しめじ …………… 50g
- えのき茸 …………… 50g
- 酒 …………… 大さじ1/2
- しょうゆ …………… 小さじ1
- ⑤ 片栗粉 …………… 小さじ1
- ⑥ 水 …………… 小さじ2
- 青じそ …………… 3枚
- トマト …………… 1/2個

サバの水煮缶は骨ごと食べられ、
カルシウムを補えます。



作り方

調理時間 20分

- ① サバ缶はサバと汁に分ける。たまねぎはみじん切りにする。豆腐はペーパーで包み、水切りしておく。
 - ② ④の材料をボウルに入れて混ぜる。4つに分けて形を整える。
 - ③ フライパンに油を熱し②を入れ、弱めの中火で蓋をして、両面それぞれ3分焼く。
 - ④ しめじとえのき茸は石づきを切り、しめじは小房に分ける。えのきだけは3等分に切る。
 - ⑤ サバ缶の汁に水（分量外）を足して100mLにし、小鍋に入れる。酒と④を加え、蓋をして3～4分煮る。しょうゆで味をととのえて、混ぜ合わせた⑥を加える。
- 焼きあがった③にかけ、青じその千切りとくし形に切ったトマトを添えて完成。

この部分には地元協力者の広告が入っています。