

一人親方さん便り

カンパニーリスクマネジメント協会一人親方会

平成27年9月

安全衛生標語入賞作品のご紹介です（陸災防）

テーマ：「健康・快適職場（作業）・交通労災防止」連載第15回目

平成 26年「受けよう健診 知ろうあなたの体調 知って改善生活習慣」

平成 4年「生かせ教訓 見直せ動作 基本に忠実 安全作業」



☆まだまだ落ち着かない気圧や温度。体調管理・安全管理を油断なく！！

台風の影響で湿度も気圧もグラグラしていますが、一人親方の皆さんはグラグラすることなく、しっかりと体調管理・安全管理をして下さい。猛暑を乗り越えた後のこの時季が大切です！

汗をかいて身体が冷えて力を入れて・・・の繰り返しにより、夏は知らない間に筋肉が張ってしまいます。毎年この時季にお伝えしていますが、「入浴」は心強い味方です。ぬるめのお湯にゆっくり浸かって、筋肉を優しくほぐしましょう。リラクセーショングッズとして、お風呂のカマに吸盤で付けられる「首肩ツボ押し」などが販売されているようです。この機会に試してみようと思っているのですが、皆さんもいかがでしょうか？

夏にガツンとエネルギー消化のために働いてくれた胃も、少し休めてあげましょう。冷やしそうめんは最高ですが、サトイモ・じゃがいものイモイモコンビのお味噌汁にゆめんもGOODです！

◆労災豆知識（一人親方さん用） 労災保険って？ 「加入方法 編 ② です」

＊今から加入するには・・・一括加入と分割加入、どちらがいいの？

◆年度か半年かで選んで加入していただく方法が一括加入と分割加入です。

・分割加入は9月加入の一人親方さんまでが加入対象です。ご自身の9月からのお仕事状況をご確認下さい。

例えば・・・『「大至急の現場応援」で9月のみ現場に入る。10月以降は今のところは現場予定は全くない。』場合には、9月の1月のみの分割加入でもいいのではと思います。

この場合「給付基礎日額・3,500円」をご選択いただくと、事務会費との合計で5,023円が必要金額です。・・・その後、翌年の1月などに、もしもまた加入が必要な場合には、都度月単位でのご加入労働保険料等をご案内します。

しかし9月以降も現場作業等が確定しているのであれば、9月から翌年3月31日までの一括加入がおすすめです。・・・その理由は、継続加入している安心と、「事務会費の合計額」が違うからです。

一括加入の場合には9月から翌年3月31日までの事務会費は7,000円。分割の場合は3,000円と6,000円で合計9,000円。一括と分割では「2,000円」の差額があるのです。

・どちらにしても、一人親方さんが補償のない状態で現場に入ることの無いように、ご注意ください。

今日も一日元気で健康でご安全に！！

カンパニーリスクマネジメント協会一人親方会 労災事務局

（安達社会保険労務士事務所）

TEL : 06-6966-4737

FAX : 06-6966-4738

H/P にその他いろいろな情報を掲載しています！ H/P <http://www.oyakatar.jp/>