

安全・美化・健康だより

指差呼称を実践しましょう

(災害発生率が1 / 6に減少の可能性)

指差呼称（しさこしょう）とは、危険予知活動として行う行動です。作業対象を目の前にして、標識や、信号、計器類に指差しを行い、その指差したものの名称と状態を声に出して確認することです。元は、日本国有鉄道の蒸気機関車の運転士が、信号確認のために行っていた安全動作でした。現在では鉄道業にとどまることなく、航空業、運輸業、建設業、製造業等、安全確認が幅広い業界で行われています。

指差呼称をすることによって、腕や口の周りの筋肉及び耳で聞くことによる聴覚が刺激され、脳の前頭部分が活性化され、思考判断や意識及び注意力が向上します。また、鉄道総合研技術研究所により、効果検定実験を行ったところ、操作ボタンの押し間違いの発生率が、指差しと呼称を「共に行った」場合は、「共に行わなかった」場合の発生率に比べ、**約6分の1**に減少するデータがあります。

現場作業等では高齢になると思い込みで行動に移る場合があります、是非行動前にもう一度安全確認を行う様に実践しましょう。

指差呼称の形式

①対象を見る



- ・ 右腕を伸ばし
- ・ 人差し指で対象を差し
- ・ 呼称を唱えながら
- ・ 対象をしっかり見る

②指を指し



- ・ 右手を耳元で
- ・ 振り上げ
- ・ 本当に良いか確かめる

③耳元へ



④振り下ろす



- ・ 確認できたら
- ・ 「よし！」と唱えながら
- ・ 確認対象に向かって
- ・ 振り下ろす