

整理整頓から始める職場環境



職場環境の維持改善に用いられる**3S**を身に付け、快適な職場環境を目指しましょう。

3Sとは・・・

整理 (seiri) ・ 整頓 (seiton) ・ 清掃 (seisou) のこと
これらを身に付け職場環境を整えていきましょう。

整理

- いるモノといないモノを分ける。
- いないモノは捨てる。
- いるモノは、使用頻度に分けて配置場所を変える。
常時、1回/日、1回/週などを使う頻度で仕分ける。



整理整頓清掃を行うことで、**仕事の効率化、安全性の確保**など職場環境の改善につながります。



整頓

- 「モノ」を使いやすいように並べて効率的にする。
※ 必要なものが**誰でも**常にすぐ取り出せるように「モノ」を配置する。



清掃

- 作業場が快適に働けるよう常に良好な状態にする。
※ 不具合点がすぐ見つけられるようにする。
※ 見つけた不具合点は、修理や復旧ができるよう記録を取る。



家庭でも整理整頓は活用できるわね♥



快適職場環境を作りましょう！！



快適職場環境とは、疲労やストレスが少なく、楽しく働けることです。そのためには作業環境を整え、作業方法を改善していきましょう。

◆作業環境を整えましょう。

- ・ 不快を感じないような環境(明るさ・温度・空気の汚れなど)をつくりましょう。

タバコの煙も不快を感じる環境のひとつです。

◆作業方法を改善しましょう。

- ・ 心身の負担を軽くするような作業方法(作業姿勢など)を工夫しましょう。

◎上記2つをしっかり行った上で、**健康管理**に努めましょう。



がね (野菜かき揚げ)

野菜を太めのせん切りにして衣と混ぜ合わせて揚げた形が「かに」に似ているところから、鹿児島弁の「かに」=「がね」と呼ばれています。

材料/4人分

さつまいも	100g	A	砂糖	大さじ1
にんじん	80g		地酒(酒)	小さじ1
ごぼう	80g		塩	小さじ1/5
にら	50g		薄口しょうゆ	小さじ1
卵	1個			
小麦粉	80g			

作り方

1. さつまいも、にんじんはせん切りにして、ごぼうはさがき、にらは2cm長さに切る。
2. 卵に水を少し入れ、天ぷらより少し固めの衣を作る。
3. 2にAと1をいれ、野菜を混ぜ、低い温度でゆっくり揚げる。最後に強火にして、カリっときつね色になれば出来上がり！



JA鹿児島県厚生連

地域医療推進部 地域医療推進課

〒890-0061 鹿児島市天保山町22番23号

TEL 099-806-1101・FAX 099-806-1107

E-mail kou.tis@ks-ja.or.jp

皆様からのご意見やご質問を、お待ちしております。