

あの夏の思い出、

# 俺の現場

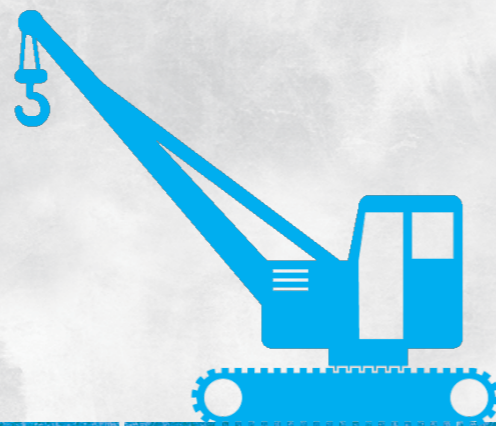
暑さとの戦いでもある夏の現場にフォーカス！今回は、荷物を吊ったままクローラクレーンで走行することが禁止された現場での作業について、玉掛工の小寺さんにお話を伺いました。一体どのように解決したのでしょうか？夏バテ対策も必見です！



玉掛工  
こでら りょうすけ  
小寺 亮輔 さん

## 現場の概要

元 請	鹿島建設株式会社
工事名	広島呉道路小屋浦トンネル工事
工 期	2023年4月～2024年6月
場 所	広島県安芸郡坂町小屋浦



## 現場の特徴

### 地盤が脆弱なため荷物を吊っての走行禁止

作業内容は、高速道路の橋脚の基礎工事です。基本的に私たちの仕事は、機械で地面に穴を掘っていき、そこに鉄筋かごを入れ、生コンを流して入れていくという流れです。しかし、今回の工事は、掘削と鉄筋かごを入れるという工程の間に地盤改良という、普段はあまり行わない工程を挟まなければなりません。現場の地盤が脆弱な地であったため、掘削後に地盤改良を

行い、土地の強度を高めてから生コンを流し込む必要があったのです。また、地面が不安定なため、クローラクレーンで積み荷を吊ったまま走行することが禁止された工事でした。そのため、通常よりやるべきことや配慮すべきことが増え、特に安全面のルールを厳しく遵守しなければなりません。

## 工夫したこと

### 重機の移動を繰り返し、荷物を目的の場所へ

荷物を運ぶ際は、クローラクレーンを固定した状態で荷物を吊って移動させ、クレーンが場所を変えて、再び荷物を吊って移動させるという工程で行います。重機の転倒を防止するため、この作業を繰り返すことで、荷物を吊ったまま走行せずに目的の場所まで荷物を運びました。作業時間としては通常の2倍以上の時間を要しましたが、地盤が緩いため、安全面を

考えるとこの方法が確実なのです。また、作業工程が通常より多いため、作業手順から逸脱しないように、毎日、作業前に確認をし合いながら行いました。私は玉掛工ですが、常に現場全体の流れを意識しながら業務に取り組むように心がけました。

## 安全管理のために意識したこと

### クレーン作業区域を隔離して安全を確保

今回の現場ではクレーンを使う作業が多いため、重機が動いている場所を隔離。バリケードで仕切ること、重機オペレーター以外の一般作業員を立入禁止にして安全を確保しました。そのほか安全面で意識したことは、玉掛けの際にワイヤーを確実に掛ける、フックのロックは効いているか確認する、吊り荷

をするときは重機から離れるなどの基本事項です。重機を使った作業を行う機会が多いため、基本ルールに従って朝礼や休憩終了10分前などの時間で危険内容について皆でチェックしました。特に朝礼では、作業内容や注意事項など、その日に行う作業の危険な点について確認し合いました。

## 小寺さんの夏バテ対策

睡眠は12時間、  
毎日「ぐんぐんグルト」を飲む！

よく食べ、よく寝ること。睡眠時間は12時間、夕方の6時に寝て朝の6時に起きるようにしています。また現場作業がある前日はお酒を飲みません。夏は禁酒で

す。その代わりに、飲み物は「ぐんぐんグルト」を愛飲するというのが、私の毎日のルーティンになっています！

## 暑さを乗り切る 夏バテ対策

### 主な夏バテの症状

- ◆ イライラする
- ◆ 食欲がない
- ◆ 疲れがとれない、体がだるい
- ◆ 下痢、便秘
- ◆ 頭痛
- ◆ 不眠

### 夏バテ予防策4選！

#### 1 生活リズムと生活環境を整える

- ・朝に太陽の光を浴びる！
- ・朝食も必ずとる！
- ・冷房で身体を冷やしすぎない！  
外との温度差が5度程度までだと身体に負担が少ない！

#### 2 質の良い睡眠をとる

- ・湯船に浸かる！  
就寝1時間前に40度くらいのお湯で10分ほど入浴する！
- ・寝苦しさを回避する工夫を！  
夏用の寝具や扇風機などの使用で、空気の流れを作るとGOOD！

#### 3 適度な運動をする

- ・エレベーターではなく階段を使う！
- ・休憩時間に歩く！
- ・テレビを見ながら軽いストレッチや筋トレをする！

#### 4 こまめな水分補給

- ・おすすめは経口補水液！  
水分・塩分のほか、電解質の役割を果たすミネラルを一度に補給することができる！
- ・外出時や運動時、起床時や入浴後などは特に補給を忘れずに！

# 入社後の 流れが迫る!

河野組に入社したらどのような流れで仕事が進んでいくのでしょうか。入社後の流れや最近入社した先輩社員の様子についてなど、クレーン運転手を担当、橋本さんにお話を伺いました。



クレーン 運転手  
はしもと たけあき  
**橋本 武章さん**

## 入社～配属まで

1) 入社～1,2か月 ※個人差あり  
事務所にて研修(道具の仕組みを学ぶ・作業場で玉掛けの訓練)

2) 現場配属  
現場にて実地研修



## まずは自身の安全確保

地球や自然の大切さを再認識  
危ない仕事ですから、自分の身は自分で守るということをまず心得てください。私自身も危ないと感じたことが多々あります。そのため、作業に当たる際には、細心の注意を払ってほしいと考えております。

## 注意すべきこと

古い物の下に入らない

手を突っ込まない

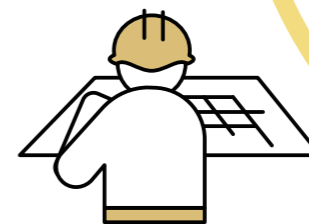
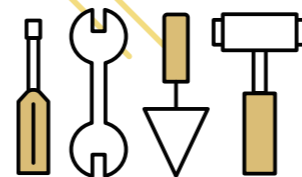
安全帯を確認して使用する など

もちろん研修期間にしっかりとお伝えしますが、こういったことを必ず守ってほしいと思います。そして、なかなか現場では手取り足取り教えることはできませんから、先輩社員の仕事を見て覚えることが重要になります。



## 社員の皆さんへ

既存社員の皆さんも、注意すべきことの基本的なところは同じです。気を緩めることなく、継続的に身につけていく姿勢を持って仕事を行いましょう。新入社員は先輩社員の行動を見て学びますから、見本になるような行動を心がけてほしいと思います。また、仕事は一つのことをその現場の全員で行うため、声掛けも重要です。しっかり行ってほしいと思います。



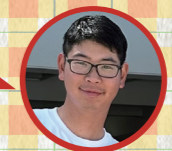
## 河野組の現在 ～このような会社です!～

半年ほど前に、新しいベトナム人の方が入社しました。まだ日本語に慣れていないのですが、同じベトナム人の先輩に通訳してもらったり、身振り手振りで理解してもらったりと、仕事に対して前向きに頑張っています。現場に出たら、もう即戦力です。その他の社員も皆さん、周りを意識しながら、負けまいと切磋琢磨しています。この仕事は経験年数関係なく、努力をすれば認めてもらえる仕事です。何年経っても、生き生きと働ける職場だと思います。

# 俺の出張飯

北海道の長万部町陣屋町の現場で奮闘する、今吉さんにご当地飯についてご紹介いただきました!北海道ならではの、魅力的な土地やイベント、ご飯の様子をお届けします!

## 地域の一大イベントでご当地飯を堪能!



工事部 玉掛工  
いまよし かずき  
**今吉 一希さん**

### かにめし

現場のある長万部で先日行われた、「おしゃまんべ毛がにまつり」へ遊びに行った際に食べました。かにめしは、かにの身をほぐしたものが乗っている、駅弁のようなお弁当です。お祭りは来場者がとても多く、地元の方たちによるソーラン節も披露され、地域の一大イベントという感じでした。休日はこのようなイベントによく足を運び、その地域の雰囲気を感じています。

### 地域の一大イベントで ご当地飯を堪能!

北海道のコンビニチェーン「セイコーマート」には、ほぼ毎日行きます。見つけたるとつい手が伸びてしまうのが、北海道限定商品。特に、メロン関連の商品はよく食べています。

