

—How Can You Avoid Injuries at Work?—

At JITCO, we know that all our trainees and technical interns are working hard every day to gain new skills, technical expertise and knowledge. However, if you were to become injured during your traineeship or technical internship, you would be unable to satisfactorily fulfill your purpose in coming to Japan.

For this reason, we would like to explain the “4S,” “KYT,” and “risk assessments” that are practiced at many Japanese companies. The use of these safety management methods has significantly reduced the numbers of people injured on the job in Japan. These methods can also be put into practice by individuals, and we sincerely hope that after reading this you will put them into practice yourselves, to help you return to your home countries in good health.

1. 4S

The term 4S comes from the first letters of the words *seiri* (arrangement), *seiton* (order), *seiketsu* (cleanliness) and *seiso* (cleaning), and is a method of clearing up and efficiently organizing the work environment around you. Sometimes, *shitsuke* (discipline and or *seefuti* (safety) are added to make 5S or 6S.

Obviously, a workplace which is not orderly is one in which accidents are frequent and work efficiency is low. Because of this, some people say that 4S is the fundamental principle of safety management and is used as the basis for management in all types of workplaces. It is essential that everyone reading this should also put 4S into practice every day to enable them to work safely. (You should also put 4S into practice where you live.)

2. KYT

KYT stands for *kiken* (danger), *yochi* (anticipation), and *torening* (training). It is also called KYK, for *kiken*, *yochi* and *kunren* (training). The purpose of KYT is to take health and safety into consideration before any incidents occur, by anticipating danger. KYT is currently being put into practice at the workplaces of a wide variety of industries throughout the country, and has helped greatly to prevent accidents. KYT is often

—どうすれば作業中のケガを防止できるか—

けんしゅうせい ぎのうじっしゅうせい みな まいにち ぎじゆつ ぎのう ちしき
研修生・技能実習生の皆さんは、毎日、技術・技能・知識
しゅうとく はげ おも
の修得に励まれていることと思います。しかしながら、
けんしゅうちゅう ぎのうじっしゅうちゅう ふしゅう
研修中や技能実習中に負傷するようなことがあつては、
らいにち もくてき じゅうぶん たっせい
来日された目的を十分に達成することができません。

にほん おお かいしゃ じっせん
そこで、日本の多くの会社で実践されている 4S・KYT・
りすくあセスメントについて説明します。日本では、これら
あんぜんかんりしゅほう さいよう ぎょうむ
の安全管理手法を採用することによって、業務によって
ふしょう ひと おおはば さくげん
負傷する人を大幅に削減させてきました。また、これらの
しゅほう こじん れ べる じっせん みな
手法は個人レベルでも実践できるところから、皆さんも
じっせん げんき きこく ところ ねが
実践し、元気に帰国されることを心から願っています。

1 4Sについて

にほん せいり せいとん
日本でいう 4S とは、「整理 (セイリ) ・整頓 (セ
せいけつ せいそう
イトン) ・清潔 (セイケツ) ・清掃 (セイソウ)」の
かしらもち りやくご み まわ
頭文字をとった略語で、身の回りをすっきりさせ
こうりつてき さぎょうかんきょう ととの しつけ
効率的な作業環境に整えることです。さらに「躰
あんぜん せーふてい い
(シツケ)」とか「安全 (セーフティ)」まで入れて 5S、
い ばあい
6S とか言ったりする場合もあります。

たしか せいり せいとん おこな しょくば
確かに、整理・整頓が行われていない職場では、
さいがい おお さぎょうのうりつ わる じじつ
災害も多く作業能率も悪いことは事実です。このよう
あんぜんかんり きほん い
なことから、「4S とは、安全管理の基本である」と言
ひと しょくば げんばかんり
う人さえいて、どのような職場でも 4S を現場管理の
きほん みな にちじょうてき つと あんぜん
基本としています。皆さんも日常的に 4S に努め安全
さぎょう おこな ひつよう しゅくしゃない どうよう
に作業を行う必要があります。(宿舎内でも同様で
す。)

2 KYTについて

にほん きけん よち
日本でいう KYT とは、「危険 (キケン) ・予知 (ヨ
くんれん とれーにんぐ かしらもち りやくご
ち) ・訓練 (トレーニング)」の頭文字をとった略語
きけん よちくんれん い もくてき きけん
で、KYK (危険予知訓練) とも言います。その目的は危険
よち あんぜんえいせい さきど
を予知して安全衛生を先取りしようというものです。
げんざい ぜんこくかくち ぎょうしゅ さいよう
現在、全国各地で、さまざまな業種で採用されてお

practiced at morning assembly or at tool-box meetings (TBM), but it can also be practiced individually, in which case it is called *hitori* KY.

Here we would like to explain *hitori* KY, which you can practice by yourself, in greater detail. Using this method, before beginning work you 1) Recognize any danger that might be involved; 2) Think in concrete terms about how you can deal with that danger; and 3) Put measures into action based on that thinking. Rule number 4) is that you apply this way of thinking to every work procedure. (This is not limited to work procedures – KYT is a fundamental principle for avoiding accidents wherever you are.)

3. Risk assessment

This is the newest of these methods of preventing accidents. In risk assessment, KYT (or KYK) is employed to enable risks to be identified by anticipating danger; these risks are ranked and evaluated, the order of priority for accident prevention measures is decided, and efficient and effective measures are proposed.

Specifically, the frequency or probability of injury (low=1; high=3) and the severity of injury (minor injuries=1; death=3) are estimated for each risk. These figures are multiplied to determine the level of risk and the order of priority of the countermeasure.

り、この手法は災害防止に大変役立っております。KYT
は職場の朝礼やTBM（ツールボックスミーティング）
の際に行われることが多く、一人でやるものは
「一人KY」と呼ばれています。

ここでは、一人でもできる「一人KY」について説明
します。まず、作業に入る前に、①どのような危険が
あるかを把握し、②その危険にどのように対処したら
よいかを具体的に考え、③その考えに基づいて実行
することで、④このような考え方をすべての作業に
適用させていきます。（作業中に限らず、どこでも、
ケガ防止の基本です。）

3 リスクアセスメントについて

KYT、KYKを発展させ、危険予知で洗い出した危険に
順位・評価を行い、災害防止対策の優先度を決めて
効率的・効果的に災害防止対策を講ずる手法で、最新
の災害防止手法です。

具体的には、それぞれの危険が、どの程度の頻度・
確率で傷害に至るか（頻度低1→高3）、傷害・ケガ
ほどの程度か（軽傷1→死亡3）を推測し、両者を掛
け合わせてリスクの程度を決め、対策の優先度を決め
るものです。