

私の健康法【第1回】

健康は仕事や日々の生活の基礎になるもの。
このコーナーでは、1Fで働くみなさんにお聞きした健康法を紹介していきます。



株式会社東芝
エネルギーシステムソリューション社
福島第一原子力作業所 所長
青木 和夫さん

私の健康法は、歩くこと。とはいってもただ歩くのではなく、スキーのストックのようなポールを両手に持って歩くノルディックウォーキングです。ノルディックウォーキングは、もともとスキー選手が夏場のトレーニングのためストックを突いて歩いたのが始まりです。気軽に始められることに

加えて、通常のウォーキングより高い負荷を無理なくかけられるのがいいですね。健康法という意味でも、気持ちのリフレッシュや単に楽しむためにも、職場にノルディックウォーキング愛好者が増えてくれるとうれしいです。



いこいの時間

まちがい探し

今月はまちがい探しです。「クリスマスイルミネーション」の絵が2つ。とてもよく似た絵ですが、まちがいはいくつか隠れています。みなさん、まちがいはいくつあるかわかりになりますか？



▶応募方法・プレゼントのお受け取り方法

正解した方の中から抽選で5名様にプレゼントをさしあげます。

入退域管理棟、福島第一登録窓口通入口にある応募箱に必要事項をご記入のうえ、ご応募ください。

応募箱設置期間 12月20日～12月28日

*応募用紙は応募箱横に設置しています。
*当選者の発表はプレゼントの発送をもってかえさせていただきます。
*答えはウェブサイト「1 FOR ALL JAPAN」新着情報で発表します。

▶今号のプレゼント

福島名産のお菓子の詰め合わせです。
※賞品は写真と異なる場合がございます



協力：日本マーケティング協会様

ウェブサイトはこちら！



福島第一原子力発電所で働く
みなさんへのお知らせ

月刊 いちえふ。12月



INDEX

■ いちえふのいま

燃料取り出しに向けて
また一歩前進しました

■ 1Fを守る仲間たち

- 建築工事共同企業体のみなさん
- エイブル
第二事業本部
福島第一グループのみなさん

■ 私の健康法【第1回】 青木 和夫さん

■ いこいの時間

まちがい探し
プレゼント

福島名産の
お菓子の詰め合わせ



とびっくす



風邪対策に「水分補給」

風邪やインフルエンザの原因となるウイルスは、乾燥した状態で活発に活動します。小まめな水分補給を心掛けましょう。



飲酒運転防止を徹底しましょう

お酒を飲む機会が増える時期です。車を運転する可能性がある際は、「絶対に飲酒しない」「勧められても断る」という強い意志を持ちましょう。



年末は5Sを意識しましょう！

安全な職場環境をつくるには、5S（整理・整頓・清掃・清潔・躰）が重要。トラブル・災害の防止につなげ、きれいな職場で新年を迎えましょう。



いちえふのいま

燃料取り出しに向けて
また一歩前進しました

1～3号機では、原子炉内に残る燃料の取り出しに向けて、着実に作業が進んでいます。1号機では、11月10日までに、原子炉建屋カバーの壁パネル18枚をすべて取り外しました。2017年3月ごろから建屋カバーのまわりに防風シートを設置して、2018年度中にがれきを取り除く予定です。

2号機では、ロボットを使った内部調査に向けて、12月に配管貫通部への穴あけ作業を行います。3号機は、燃料取り出し時に燃料移送容器を支える「移送容器支持架台」の設置を11月24日に始めました。作業員の被ばくを極力減らす工夫をしながら作業を進めていきます。

陸側遮水壁の凍結状況については、南側の凍結ラインから1.5m離れた場所で深さ1.2mを掘った結果、凍結していることを確認できました。

1F ALL JAPAN
廃炉のいま、あした

ウェブサイトの紹介

<http://1f-all.jp/>

福島第一原子力発電所の廃炉事業を進める作業員のみなさんに、働く仲間や応援者のメッセージを伝えるため2015年10月に開設した「1 FOR ALL JAPAN」です。ウェブサイトでも本誌でも、作業員のみなさまを応援していきます。



月刊いちえふ。
2016年12月号

【発行日】2016年12月20日
【発行】
1 FOR ALL JAPAN 事務局
(東京電力ホールディングス SC室)
【お問い合わせメールアドレス】
info@1f-all.jp

20 建築工事共同企業体のみなさん

廃炉という共通の目標が 多企業間の信頼関係を深めています

1号機の使用済み燃料取り出しに向け、放射性物質飛散防止のために原子炉建屋に取り付けていたカバーの解体と、周辺のがれき撤去作業を進めています。カバー解体作業を行う建築工事共同企業体（JV）において、協力企業として作業を手がける5社のみなさんにお話をうかがいました。（カバーの解体作業はインタビュー後の2016年11月に終了）

—— 1Fでのお仕事について教えてください。

丸山さん：放射性物質の飛散を防ぐため1号機原子炉建屋に取り付けられているカバーの解体と、周囲のがれきの撤去が私たちの仕事です。その中で私は、高工として1号機のカバー解体に携わっています。

佐々木さん：私は遠隔操作のカメラでがれきの中を見て、内部の様子を調査する仕事をしています。私たちの調査データをもとに、関係者と話をして作業方針を決めています。

金森さん：1号機の近くにあるCC操作室の運営管理をしています。CC操作室は1号機作業をするための前線基地です。

円滑に進む協力企業間のコミュニケーション

—— コミュニケーションはうまくいっていますか。

藤本さん：私は800トン吊りのクローラークレーンオペレーターですが、コミュニケーションは必須です。企業も仕事もみんな



1号機建屋カバーの壁パネル取り外しに携わったメンバー



（写真左上から時計回りに）

丸山 昭一郎さん（東京鐵骨橋梁）

金森 啓輔さん（イースト・コーポレーション） 佐々木 忠さん（飯島組）
藤本 信幸さん（エスシー・マシーナリ） 齊藤 裕二さん（大崎建設）

違うわけですが、日ごろから話をよくしていますね。

齊藤さん：遠隔操作の無線操縦で、コンクリート破片や鉄筋を取り除く作業を行っていますが、クレーンを動かす方とコミュニケーションを取らなければ仕事できません。

—— カバー解体作業は大きな山場を迎えましたね。

丸山さん：1号機建屋のカバー解体はこの秋で一段落ですが、仕事が終わったわけではありません。その先に控える廃炉に向けて、信頼関係を深めながら臨んでいきたいと思っています。

お勤め先

清水・鹿島・竹中・前田・安藤ハザマ
建築工事共同企業体（JV）

清水建設・鹿島建設・竹中工務店・前田建設
工業・安藤ハザマで構成される。1号機原子炉
建屋のカバー解体やがれき撤去などを実施。

● 続きはウェブサイト「1 FOR ALL JAPAN」でお読みください
URL: <http://1f-all.jp/interview/20/>

21 エイブル

第二事業本部 福島第一グループのみなさん

「できないことはない」 試行錯誤を繰り返したロボット開発

1Fの廃炉作業を進めるに当たって、1、2号機の排気筒から入り、地下槽（ドレンサンプピット）にたまる雨水をいかに排水するかが大きな課題となります。エイブルのみなさんは、ロボットを使ってこの排水作業を行う仕事に携わりました。今回は実際に中心となって携わった同社のみなさんに、作業のエピソードをうかがいました。

—— どういうお仕事をされているのか教えてください。

横山さん：今回は、総勢10人強のプロジェクトチームを結成して、ロボット開発と排水作業に取り組みました。佐藤と私がメインとなり、齋藤も加えて、基本設計をもとに詳細設計を進めていきました。当社は震災前から1Fでメンテナンスや改造工事、定期点検などに携わっていましたが、ロボットで排水作業を行うのは今回が初めてで、その意味ではチャレンジでした。

「絶対安全」を心がけ達成できたことが満足

—— 現場では想定通りにいきましたか。

佐藤さん：単純動作自体はうまくいったのですが、実際にはいかに寸法通り設計してもうまくいかない部分が出てきます。ロボットを操作するのは人間ですから現場では緊張することもありますし、現場の配線が引かかるなど想定外の部分もありました。赤城さん：私は設計関係の仕事をしています。ロボットはさまざまな機械を組み合わせるのですが、現場の図面もない状態で開発しなければならぬので試行錯誤の連続でした。



地元・浜通りに本社を置くエイブルのみなさん



（写真左から）

齋藤 晴美さん 佐藤 哲男さん 横山 昌幸さん 赤城 竜一さん

齋藤さん：弊社は、単なる「安全」ではなく、「絶対安全」が身上です。今回の作業でも、誰ひとりかすり傷ひとつせず、夏の作業にもかかわらず熱中症も出ませんでした。作業だけでなく、「絶対安全」を達成できたことにも満足しています。

—— 今後に向けての意気込みをお願いします。

佐藤さん：震災直後からずっとこの現場を見続けてきましたから、1Fは安全になってきているということ、いま声を大にしていきたいですね。そして、廃炉を達成するという最終目標に向けて、私たちの役割を果たしていきたいと考えています。

お勤め先

株式会社エイブル

1992年設立。97年本社を福島県双葉郡大熊町に移転。火力・原子力発電を中心に各種プラント設備の建設やメンテナンス、設計・開発を主に行う。

● 続きはウェブサイト「1 FOR ALL JAPAN」でお読みください
URL: <http://1f-all.jp/interview/21/>