

# シルバー総合保険制度についてのご案内

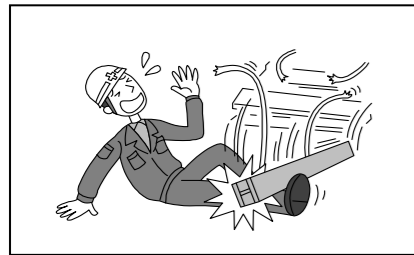
## 1. シルバー総合保険制度とは

(1) シルバー人材センターの正会員が、①就業中や就業場所への行き帰りに偶然に被った傷害事故および熱中症を補償の対象とする「シルバー人材センター団体傷害保険」と、②就業中に事故が発生し、他人の身体や財物に損害を与え、法律上の損害賠償責任を負うこととなった場合を補償の対象とする「シルバー人材センター賠償責任保険」の、二つの補償を組み合わせた保険制度です。

(2) 保険契約者は、区・市・町・村の各シルバー人材センターとなっています。

## 2. 「シルバー人材センター団体傷害保険」のあらまし

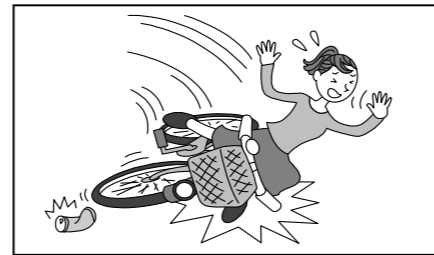
(1) 対象となる傷害事故例(急激かつ偶然な外来の事故によるケガであることが必要です。)



センターから提供された業務に就業中のケガ  
(ただし住居で仕事に従事する場合は除きます。)



センター等が主催する就業の一環である  
ボランティア活動に参加中のケガ



センターから提供された業務に従事するため、  
就業場所と会員の住居との間の行き帰り中のケガ

※傷害事故の他に、熱中症(日射または熱射によって、シルバー人材センターの会員が身体に障害を被った場合)による入院(手術)・通院・死亡・後遺障害も補償します。

(2) 支払われる保険金

| 保険金の種類  | 要件  | 保険金額           |
|---------|---|----------------|
| 死亡保険金   | 事故の発生の日からその日を含めて180日以内に死亡された場合  | 700万円          |
| 後遺障害保険金 | 事故の日からその日を含めて180日以内に後遺障害が生じた場合  | 21万円～700万円     |
| 入院保険金   | 平常の業務または生活ができなくなり、かつ入院(入院に準じた状態を含みます。)し、医師の治療を受けた場合、事故の発生の日からその日を含めて180日以内  | 1日4,500円       |
| 手術保険金   | 入院保険金をお支払いする場合で、事故の発生の日からその日を含めて180日以内にそのケガの治療のために所定の手術を受けた場合(手術の種類に応じて入院保険金日額の10倍、20倍または40倍)ただし、1事故につき1回の手術にかぎります。   | 4.5万円、9万円、18万円 |
| 通院保険金   | 平常の業務または生活に支障が生じ、かつ通院(往診を含みます。)し医師の治療を受けた場合、事故の発生の日から、その日を含めて180日以内の通院日数に対し90日限度。<br>ただし、平常の業務または生活に支障がない程度に回復した時以降の通院はお支払いの対象になりません。また、入院保険金をお支払いするべき期間中の通院に対しては、通院保険金をお支払いしません。 | 1日3,000円       |

(3) 保険金が支払われない主なケース

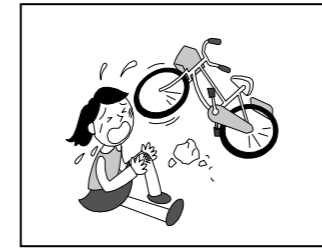
故意、自殺行為、犯罪行為、闘争行為、無資格運転、酒気帯び運転、疾病、脳疾患、心臓疾患、心神喪失、地震・噴火またはこれらによる津波、放射能汚染、むち打ち症や腰痛などでレントゲン等により医師がその異常を確認できないもの(医学的他覚所見のないもの) など

## 3. 「シルバー人材センター賠償責任保険」のあらまし

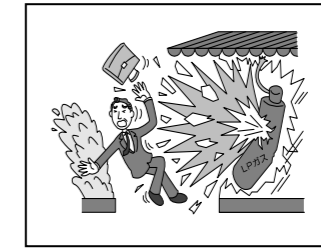
(1) 対象となる賠償責任事故例は



作業中、誤って物を落とし  
通行人にケガをさせた  
(請負賠償)



自転車の整理作業中、  
誤って自転車を壊した  
(受託者賠償)



作業完了後、作業の欠陥に  
より他人にケガをさせた  
(生産物賠償)



事務所施設の欠陥により  
他人にケガをさせた  
(施設賠償)

(2) 支払われる保険金

※保険金お支払の際に1,000円の自己負担金が必要になります。  
(受託品の修理・加工中の事故の場合は10,000円の自己負担金が必要になります。)

| 賠償責任の種類 | 身体賠償(限度額)   | 財物賠償(限度額)               |
|---------|---|-------------------------|
| 請負賠償    | 1名につき<br>1事故につき<br>3,000万円<br>1億円                 | —<br>1,000万円            |
| 受託者賠償   | 1事故につき<br>保険期間中<br>—<br>—                         | 1,000万円<br>1,000万円      |
| 生産物賠償   | 1名につき<br>1事故につき<br>保険期間中<br>3,000万円<br>1億円<br>1億円 | —<br>1,000万円<br>1,000万円 |
| 施設賠償    | 1名につき<br>1事故につき<br>3,000万円<br>1億円                 | —<br>1,000万円            |

(3) 保険金が支払われない主なケース ※代表的な例です。特約の種類によって異なります。

- ・故意、暴動、地震・噴火またはこれらによる津波
- ・世帯を同じくする親族に対する賠償責任
- ・排水または排気(煙または蒸気を含みます。)による賠償責任
- ・自動車(道路運送車両法(昭和26年法律第185号)によって定められる自動車および原動機付自転車をいいます。)の所有、使用または管理に起因する賠償責任
- ・建具工事完成後、建具の取り付け方に欠陥があり、その部分を補修したために生じた費用損害など仕事の目的物の損壊それ自体に対する賠償責任(仕事の目的物が一部構成する財物の損壊を含みます。)
- ・受託物の紛失または誤配(留守番の最中、現金・貴金属、有価証券等を盗まれた。)
- ・自動車、船舶、動植物の損壊または盗難(預かっていた犬が逃げてしまった、植木の剪定により植木が枯れてしまった。)

※賠償金額の決定には、事前に保険会社の承認を必要とします。



シルバー総合保険制度は、次の損害保険会社による共同保険です。

(幹事会社) 損害保険ジャパン  
(副幹事会社) 東京海上日動火災  
日新火災、日本興亜損保

このチラシは概要を説明したものです。

詳しい内容については、東京しごと財団シルバー保険事業室(代理店)までお問い合わせください。

取扱代理店 (公財)東京しごと財団 シルバー保険事業室

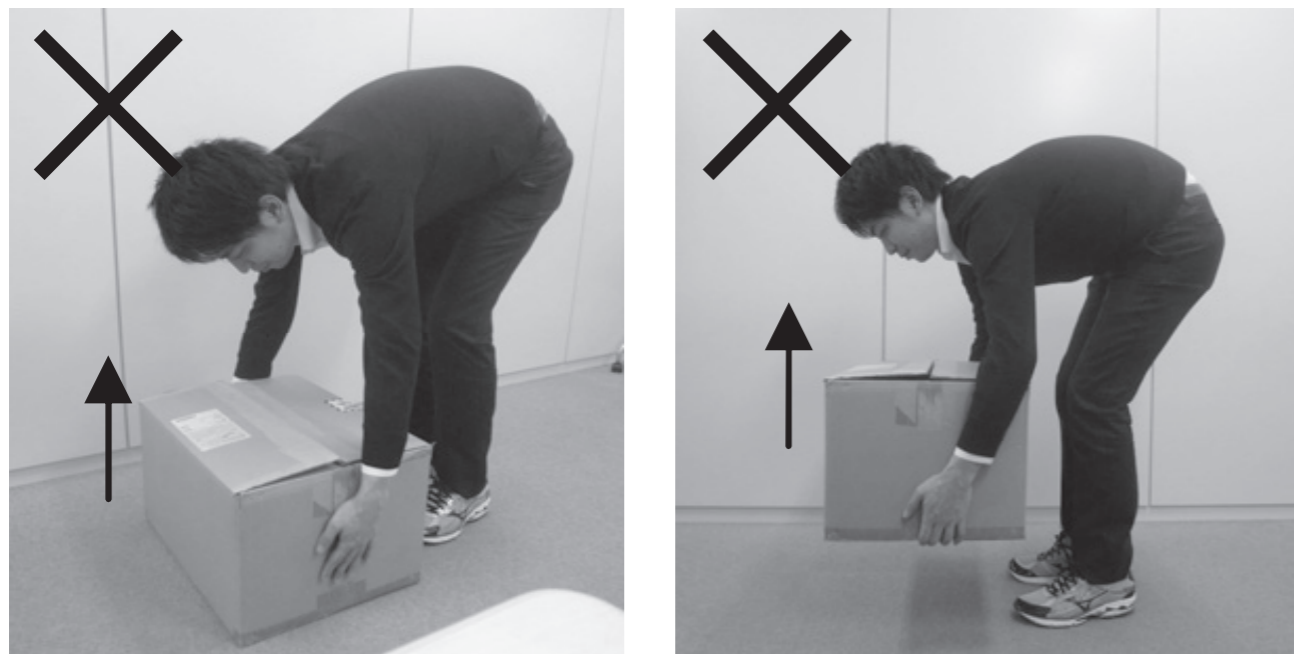
〒102-0072 東京都千代田区飯田橋3-10-3 東京しごとセンター8階

電話03(5211)2319 FAX03(5211)2367

幹事引受保険会社 株式会社損害保険ジャパン SJ12-10286 平成25年1月15日

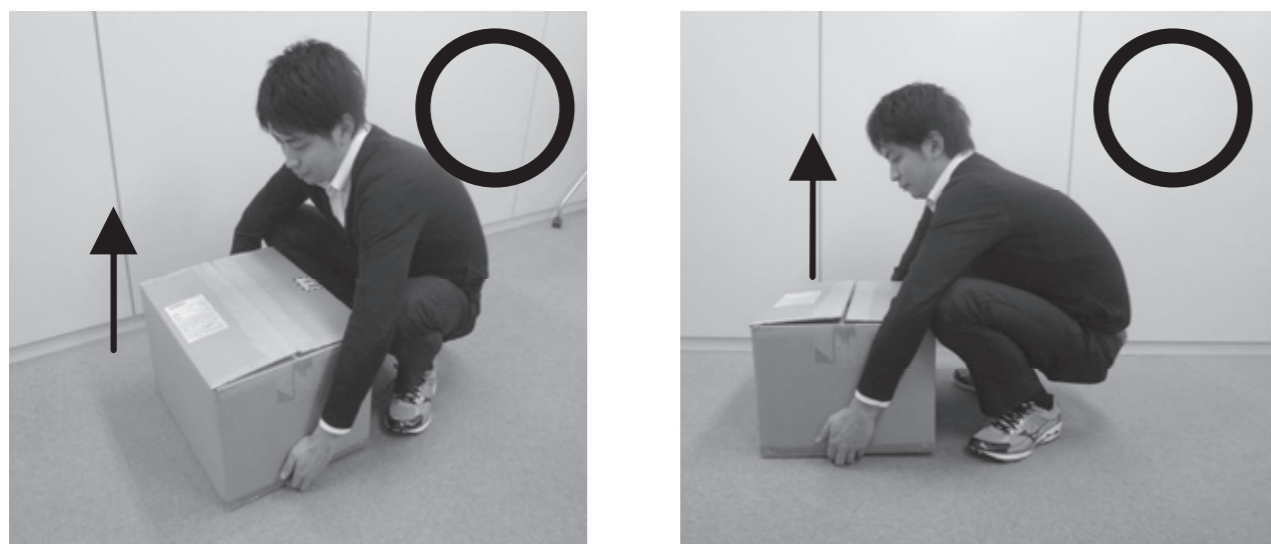
## 持ち上げるときは姿勢に気をつけましょう

### ○ 好ましくない姿勢



□写真のように持ち上げると、腰に大きな負担がかかります。腰を傷めたり、ぎっくり腰になることもあります。  
(持ち上げるときに使う腰と、持ち上げる点が離れているために、大きな力を必要とし、腰に負担がかかります。)

### ○ 好ましい姿勢



□写真のように持ち上げる物の近くに位置取りします。持ち上げたい物と力を入れる点が近ければ近いほど、力が無駄なく持ちあげたいものに伝わり、結果、負担が小さくなります。

□相撲のそんきょのような感じで腰を落とし、上半身をあまり傾けずに持ち上げたい物をしっかりつかみます。

□太ももの筋肉を使いながら持ち上げます。(急に持ち上げない)

## 就業前には準備体操をしましょう

### ○ 準備体操の例

1. 伸びの運動 (腹筋、肩周辺、体の側面の伸張)

息を止めずに、ゆっくりと全身を伸ばす。



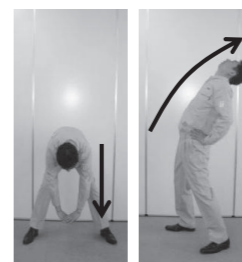
2. 体側伸ばしの運動 (体の側面の筋の伸張)

背伸びの姿勢から左右にゆっくりと息を止めないで曲げる。



3. 前・後曲げの運動 (腰の緊張の除去、腹筋、背筋等の伸張)

上半身の力を抜いて前に落とす。背筋を伸ばして両手を腰に付け、ゆっくりと体を反らす。



4. 体の横回しの運動 (腕、胸、腰の緊張の除去、及びその部分の筋肉の伸張)

背筋を伸ばして両手を頭の後ろに組み、そのままの姿勢で左右に回す。



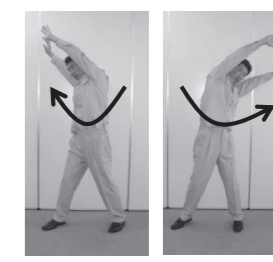
5. 開脚体ねん転の運動 (足、腰、腹筋、背筋の柔軟)

両足を広く開き、両手を水平にして、膝を伸ばしたまま右手が左足先に出るようにゆっくりとねん転する。



6. 開脚上体回しの運動 (躯幹の柔軟)

両足を広く開き、両手を斜前下の方に出し、そこから体を前左後方に大きく回し、続いて反対の右の方にも回す。



7. 膝の屈伸の運動 (脚、腰の血行促進、膝の柔軟)

足先を平行にし、膝に手を当て、中腰の姿勢から深く腰を降ろし、膝で反動を付けながら行い、続いて伸ばす。



8. 足の伸展の運動 (もも、膝、足首の関節の柔軟)

両足を広く開き、手を膝に当て左膝を曲げ右足を伸ばし、腰を十分に下げて反動的に屈伸する。ついで、右膝を曲げ左足を伸ばし屈伸する。



9. 前後開脚伸ばしの運動 (下肢の伸張)

前後に足を開き、前足の膝を曲げ、後ろ足のかかとを床に付け、両手を腰に当て、押すように腰を深く沈める。しばらくその姿勢を保った後、向きを変えて同じ動作をする



10. はずみ、かけ足の運動 (血行促進)

左右交互にはずむ。そしてかけ足をします。



参考 厚生労働省HP「腰痛の防止のために」

<http://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/anzen/040325-5.html>