

Akatake Times



他の月に比べ、「五月」で始まる言葉って多い気がしませんか？
「五月晴れ」、「五月雨(さみだれ)」、「五月蠅い(うるさい)」などが良く知られる言葉でしょうか。
端午の節句、田植えの季節、梅雨入りを控えた時期・・・そういった節目や変化を感じやすい月であることが、昔の人の感性を刺激したのかもしれませんがね。
そうした機微を感じにくい現代ですが、わずかな変化に気づきそれを愛でる心を大事にしたいですね。



『Doctor Yellow』

正式名称を「新幹線電気軌道総合試験車」と言い、その名の通り「新幹線のお医者さん」として、東海道・山陽新幹線の安全、安定輸送を支えています。
JR東海とJR西日本では、10日に1回程度東京—博多間でドクターイエローを走行させ、地上設備の健全性を的確に把握しています。



走行時刻が非公開ということもあり、その珍しさから「見ることで幸せが訪れる」との都市伝説もあるそうですよ。
(ちなみに私は、これまで3回ほど見たことがあります！)

撮影日：2022年 3月 7日 撮影者：市川課長

from Directors Message

～健康寿命に向けて～

◆LONG LIFE

私たち日本人は平均寿命が長く、長寿大国と言われています。
厚生労働省の調べによりますと、日本人の平均寿命は2020年の段階で、男性が81.64歳、女性が87.74歳。男性は7年連続、女性は6年連続して平均寿命の過去最高を更新しています。最近では、「人生100年時代」という言葉も耳にするようになりました。
日本では、「寝たきり」の期間が欧米諸国と比べて長く、6年以上にわたるようです。
長生きすること自体はポジティブな印象を受けますが、「老後」が長くなるという見方をすると健康面、金銭面等色々不安が出てきますね。
皆さんは、100歳になった自分の姿を想像できますか？
私の人生も、あと40年続くなんて気の遠くなるような話ですが、亡くなった父の介護や最近入院した母のこともあり、改めて健康について考えてみました。

◆LIFE WON'T WAIT

近年、年金受給も65歳へと引き上げられ、我が社の雇用年齢も年々引き上げられつつあります。しかし、定年年齢が上がったとしても、重要なのは、いかに健康で働けるかです。
従業員が健康だからと言って、企業には関係ないのでは？と思われる方もいるでしょう。前回100年企業に向けてのヒントを書かせてもらいましたが、会社の業績や生産性の維持・向上には、健康な社員の存在が不可欠です。
どんなにAI化が進んだとしても、それらを操るのは「ひと」ですし、人材あってこそその会社だからです。例えば、心身の不調が慢性化すると、日常業務でのミスや失敗が増えます。自動車運転にも支障が出たり、現場でのケガにも結びつくでしょう。
また、長引く欠勤によって、休業や離職にも繋がります。
人材不足により、周りの社員がカバーやフォローに回るので、当然他の社員への負担も増加し、仕事へのモチベーションも下がり、生産性も低下してきます。
また、人材を失うということは、人材育成に費やした時間やコストはもちろん、長年にわたって継承されてきた技術なども同時に失うことになるので、会社としても大きな損失なのです。まさに負のループです。
皆さんも、健康でさえあれば働けますし、それによって経済面も安定します。
社員の健康こそが、収益性の高い企業を作るといっても過言ではないでしょう。
そのためにも会社として、働く社員の健康が経営の基盤と考え、社員一人ひとりに健康意識の向上を促し、健やかな状態で長く働いてもらえるように、会社・社員一緒に取り組んで健康環境を整えることに力を入れる必要があると考えています。
まずは、従来の人間ドックやストレスチェックに基づいた組織診断やヒアリングを上手く活用し、産業医との面談、職場環境改善活動等を実施し、心身ともに健康な職場作りに取り組んでいきたいと思っておりますので、ご協力をお願いします。
さて、もうすぐその健康診断の季節です。
昨年の診断結果、机の中に眠っていませんか？
今日の自分は昨日の自分、明日の自分は今日の自分、10年、30年後の自分も今の自分の延長です。気になる診断結果があったら、先延ばしにせず、医療機関を受診し健康管理に気を配りましょう。

◆SMILE IN LIFE

以下は、健康のために推奨されている項目です。

- ① 煙草を吸わない
- ② 飲酒は控える
- ③ 偏りの少ないバランスの摂れた食事
- ④ ライフステージに応じた適正体重
- ⑤ 日頃からの活発な運動(無理なくできること)
- ⑥ ストレス回避、社会性を保つ、質の良い睡眠
- ⑦ 感染検査で感染症を防ぐ
- ⑧ 定期健診、口腔ケア などなど

(私は①②とも出来ていません(T_T)が、休日のウォーキングの他、今年より平日朝昼と歩くようにしています)

皆さんが、健康で豊かな、充実した100年時代を迎えられますように！！

取締役 山本 明生

Enjoy 5S★レコシヤ

～ Story7 ヒト 企業の 数だけ Sはあるッ!! ～



各々の企業、7S、6S、実践し、実践し、後戻りしない、活動の秘訣!



Reception Flower



受付に華やかさを添える生け花。

今回は、2022年2月～3月に生けた花の中から、選りすぐりの1点を選んでいただきました。

- ✿ アジサイ
- ✿ スプレー菊
- ✿ ユリ

いまさら聞けない... ビジネス用語

『 Sustainable 』

サスティナブル

サスティナブルは、「持続可能な」「耐えることができる」という意味の形容詞です。最近で聞かない日はないSDGsですが、これは「Sustainable Development Goals」の略で、「持続可能な開発目標」を意味します。今を生きる人たちの活動を損なうことなく、未来を生きる人たちの活動も損なわない、そんな社会を目指す取り組みが求められています。各種水処理装置の販売や、貧困に苦しむ子供たちへの寄付など、SDGsに繋がる活動を当社でも取り組んでいます。できるところから少しずつでも、こうした取り組みを増やしていけたらいいですね。

