

長坂ふれあい広場

vol.20

冬
2011

■ 社長に年頭インタビュー

新年にあたり社長に以下の事項について伺いました。

『昨年を振り返ってみて、どのような一年でしたでしょうか?』

昨年は我々中小企業にとって、前年同様に大変厳しい一年間でした。しかし、社員の皆さんひとり一人の協力により、なんとか年末を迎える事が出来ました。

『仕事及びプライベートの目標を教えてください。』

仕事 自動車業界は我々の想像以上に速く、『エコ』へシフトしています。しっかりと正確な情報を集め、時代にマッチした技術力を付けていきます。

プライベート 三年間続いた『厄年』が、無事に事故・病気もなく終了しました。今年もまずは健康管理に十分気を付け、『健康に勝る宝なし』でいきます。

代表取締役 長坂 哲次

■ 職制からひとつこと（反省と抱負）

各職制の方に以下の事項について伺いました。

- ① 昨年を振り返ってみて部・課にあった問題点について教えてください。 ② 仕事およびプライベート(PV)の目標を教えてください。

管理部長 石井保彦

① 問題というよりは反省になると思いますが、管理部は比較的若い年代で構成されています。(2名程例外ですが...) 経験が少ないのは当然ですが、時にはあえて難しい課題を要求して担当者は大変だったと思います。その中で振り返ってみるとコミュニケーションが不十分だったと思うこともありました。俗にいうノミケーションを含めて今年の課題ですね。

② 仕事: 『いい会社は管理部門がしっかりしている』とトップからよく言われますが、いい会社になれるよう、また管理部がそこになくはない存在になるよう努めたいと思います。

PV: 近年、思っていることですが、運動をする機会が少なくなっているため、何か始めないといけないと思いつつ過ぎてしまっていますので、今年こそは実行に移したいですね。

製造部 生産管理課長 竹内より子

① 昨年、生産管理課では、業務を見直すため業務日誌をつけ始めました。伝票の記入、出荷業務、材料の手配には、予想以上に多くの時間を取られていることが分かり、自動化が遅れていると感じました。

② 仕事: いつもギリギリになってしまう提出書類は依頼された前日には完成する様にしたいです。

PV: 趣味の時間を増やしたいと思っています。(お茶、お花)

製造部 製造1課長 近藤正浩

① 生産の変動により、人材育成の時間が多く感じました。また、多能工化が進んでいない為に、特定の作業の方々には負荷が高かったと思います。

② 仕事: 多能工化を進め、欠勤対応がスムーズに出来る様にしたいと思っています。

PV: 今年の春には家族が1人増えます。明るい家庭を更に明るくしたいと思っています。

試作部長 斉田徳広

① 机上での開発目標から計画までは思っていたより立てやすいが、実際に材料メーカーとの打合せや社内実験を進めていくと足踏み状態となり、思うように進まなかった。

② 仕事: 『成功の素』となる過程を築きあげていきたいと思っています。

試作部 生産管理課長 池田彰彦

① 昨年は、人事異動の多い年でしたが、個人の努力がチームの成果になることを実感出来た年でもありました。慣れない環境の中で戸惑う事が多くあったと思いますが、皆様の協力のもと、無事1年を終える事が出来ました。今年もこれまでの経験を活かし前向きな気持ちで進んでいきたいと思っています。

② 仕事: 売上目標を達成させる

PV: 普段からよく噛み、ゆっくり食事することを心掛ける。そして週末、奥さんからの誘惑に負けず、飲み過ぎ、食べ過ぎをしない! ...とにかく、これ以上太りたくない!!

製造部 検査課長 小竹重好

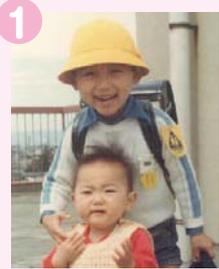
① 5月に新入社員2名の加入で課が一段と若返りました。課としての問題は、如何に効率的に社外不良阻止を継続的に行うかです。

② 仕事: プレッシャーに負けない、楽しく明るい職場づくりを目標とします。また、一人一人の意見を尊重し、ウサギのような『聞く耳』を持つ事を心掛けます。

PV: 趣味は多く、広く浅く、すぐ飽きては、また始めます。現在は、息子のWiiと買ったばかりのiPadでYouTube鑑賞に夢中です。

私は誰で しょう？

社長および各職制の方から、『今もなお、心に残るお正月のエピソード』と共に、幼少期の写真を提供していただきました。それぞれどなたの写真とエピソードが分かりますか～？皆さんで予想してみましょう!! (正解は4ページ下に記載してあります)



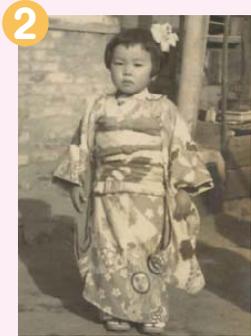
1

大晦日から正月にかけては、テレビ見放題、お菓子食べ放題! レコード大賞⇒紅白歌合戦⇒除夜の鐘を聞く⇒朝5時に初詣に出発

お正月のエピソードはたくさんありますが、中でも思い出深いものは、10年前に闘病中の父を温泉に連れて行ったことです。亡くなる3ヶ月ほど前のことでしたが、今でもお正月になると父の喜んでいた顔が目浮かびます。



3



2

元旦には着物を着せてもらい、近くの神社へ家族と初詣に行くのが恒例でした。遊びにも季節感があり、お正月にはカルタや双六、羽根つきなど、子供同士でルールを作りいろんな楽しみ方を工夫して遊んだものです。



4



5

35年前、社会人1年目の時、学生時代の親友と二人で、ハワイでお正月を過ごした思い出が強く焼き付いています。大晦日の日にハワイの友達の家(お寺)に招かれ、大勢の日系の人達とミサ形式で、お経を唱え、順番に除夜の鐘を鳴らしました。和風トロピカルの世界でした。

お正月といえば、お年玉ですね。貰う前から何を貰おうか考えるのが楽しかったように思います。両親は県外の出身で近隣に親戚が少なかった分、たくさん貰えませんでした。子供にとっては大金でした。結局、何を貰ったか覚えていませんが、たぶん無駄遣いで消えたと思います。

新成人 おめでと〜う!



新成人アンケート

「大人っぽい人」ってどんなイメージ?

考えがしっかりしている人、または落ちついた人…?ととりあえず自分と正対の人だと思います。

ここだけの話ですが…実をいうと成人になりたい?なりたくない?なりたくないけどお酒呑みたいからなりたい。永遠の20歳がいいです(笑)

最後に、新成人としての意気込みを社内報にぶつけましょう!!

脱☆落ち着きのない子!!という訳でキョドったりしない落ち着きのある人になれるように頑張ります。



製造部 検査課 五十嵐仁美さんがめでたく成人を迎えられました。成人おめでとうございませう!!五十嵐さんが生まれた1990~91年(平成2~3年)は、「東西ドイツ統一」、「アメリカがスペースシャトル「ディスカバリー号」の打ち上げに成功」など、記憶に残る出来事が起こった年でした。また流行語では、「オヤジギャル」(今は死語ですが)、「ちびまる子ちゃん」などが選ばれています。流行歌では、「堀内孝雄〈恋唄綴り〉」や「ザザオールスターズ〈真夏の果実〉」など、今でも良く聴いたりする名曲が流行った年でもありました。

管理部 大久保

中国語であけましておめでとう『新年好。』(シンニエンハオ)

中国のお正月(1月1日)は日本でいう「祝日」といった程度で、多くの会社は1月2日から仕事が始まるそうです。(少し可哀想)では、「中国人は日本人のようにお正月を祝うという感覚がないのか?」というので、そういう訳ではなく、中国では『旧正月から新年が始まる』という感覚が一般的で、旧暦のお正月にあたる日「春節」を盛大に祝うそうです。『春節』の日付は毎年違うらしく、今年は2月3日が春節にあたります。(旧正月に慣れていない私達には少々ややこしいですが…)街のいたる所で爆竹が豪快に鳴り響き、シンバルや太鼓、銅鑼の音とともに春節を祝う中国獅子や龍が舞い、1年で最も賑やかになります。横浜の中華街でも本場と同じように春節の雰囲気味わえるので、この時期を見計らって旅行されるのもなかなか良いかもしれませんね。



ちよこつと 豆知識

お正月に中国料理屋の前を通ると、いろいろな所で、逆さまの「福」の字をよく見かけたりしませんか?一見、「あれ?貼り間違えたんじゃないの~?」と思われた方もいるのでは?実は、中国語で「逆さま」は「倒」(トウ)、これは「到」(来る)という漢字と同じ発音なので、「倒福」=「到福」(福が来る)という意味合いになり、非常に縁起のいいものとされているらしいですよ~!!



世界のお正月 in アジア

中国

■ 節分とは

節分とは各季節の始まりの日(立春、立夏、立秋、立冬)の前日のことで、特に立春が、1年の初めと考えられることから、次第に『節分』といえば『春の節分』をさすものとなりました。立春を新年と考えれば、節分は大晦日にあたり、前年の邪気を祓うという意味を込めて、追儺(ついな)の行事が行われ、そのうちの一つが豆まきです。

■ 豆まきとは

『豆まき』は中国から伝わる風習で、奈良時代の宮中に伝わり、その後、諸国の社寺でも行われるようになりました。『豆』は『魔滅』に通じ、鬼に豆をぶつけることにより邪気を追い払い、1年の無病息災を願うという意味合いがあるそうです。一般的に豆まきは、年男(生まれ年が、その年の干支にあたる人)または、一家の主人が煎った大豆をまき、家族はその歳の数だけ食べると、その年は病気にならず長生きすると云われています。



■ 節分に縁のある神社

およそ400年前に、徳川家康公が名古屋城築城の際に、名古屋城から見て鬼門の方角にあたる4つの寺院を、城を守る鎮護として決めました。中川区の荒子観音、あま市の基目寺観音、守山区の龍泉寺観音、南区の笠寺観音が該当し、『尾張四観音』と呼ばれています。毎年、恵方の方位となった観音では、盛大な節分祭が行われます。ちなみに2011年の恵方観音は笠寺観音です。名古屋では有名な大須観音は、家康公が尾張国長岡庄大須郷現在の岐阜県羽島市大須から、慶長17年に移されたことされ、四観音には数えられていません。今有名なのは、戦後、大須観音が自らを中心恵方と称した為、浸透したとされているそうです。

笠寺観音 情報



- 場所/愛知県名古屋市南区笠寺町上新町83番地
- 御利益/家内安全、開運厄除、縁結、
身体健康、出世祈願、心願成就
- アクセス/名鉄「笠寺駅」からすぐ
- 駐車場/有り

大須観音 情報



- 場所/愛知県名古屋市中区大須2-21-47
- 御利益/家内安全・五穀豊穰・合格祈願
- アクセス/地下鉄「大須観音駅」からすぐ
- 駐車場/なし

恵方巻に関する豆知識

■ 恵方巻とは

恵方巻(えほうまき)は、節分の夜に、その年の恵方に向かって目を閉じて、一言も喋らず願い事を浮かべながら丸かじりすると縁起が良いとされる太巻のことをいいます。恵方巻きは切らずに食べるのが一般的ですが、何故切らないかというと、『福を巻き込み、縁を切らない』という意味合いから、現在の巻き寿司を丸かじりするスタイルとなったようです。

■ 起源・発祥

恵方巻の起源・発祥は諸説ある中の一つとして、江戸時代末期から明治時代初期に、大阪商人により、『商売繁盛』と『無病息災』を願って始めたといわれ、戦後一旦は廃れたそうですが、昭和48年(1973年から)大阪海苔問屋協同組合が節分の日に道頓堀で行った海苔の販売促進行事、『巻き寿司早食い競争』がマスコミに取り上げられ、全国の食品メーカーがそれに便乗して全国に広がっていったそうです。

■ 恵方

恵方は、その年ごとに居場所を変える歳徳神(としとくじん)―その年の福德を司る吉神―のいる方角とされ、その年の『干支』と『十干』の組合せによって決まるそうです。ちなみに平成23年は、南と南南東の間です。



「恵方巻」

冬太り!これで解消!

ピタとまダイエット&ダイエットレシピ

管理部 深谷

年末・年始はいかがお過ごしでしたでしょうか? 毎年、悩んでる? または気にしてる方が多いのではないのでしょうか? 冬太り!
今回は、そんな悩みを解消できる簡単ダイエットとレシピをご紹介します。身体の中で、最も気になるのは腹囲(ウエスト)、という方が多いのでは...。男性も女性も痩せたい場所NO.1はここですよ。ここで豆知識! ウエスト1cm=体重(脂肪)1kg減に相当すると言われてます。そこで、脂肪を1kg減らすには、どのくらいのカロリー減が必要とされるかご存知ですか? 脂肪1kg=なんと約7,000kcal分です。(例:1ヶ月かけて1cm腹囲(ウエスト)を減少させるには、1日当たり約230kcalを減らし続けなければいけないです。)230kcalを減らすには、日常生活の中でできる運動と食事の両面から行なうのが効果的です。

運動 ピタとまダイエット

地味なポーズではありますが、結構ハードかもしれません。止まった状態でいながらも、実は「伸ばす」「姿勢を正す」という意識を持つことで、無意識のうちにインナーマッスルが鍛わり、全身痩せに効果があります。まずは短い時間で、1日10秒間からぜひ試してみてください。

やり方 1回10秒(1日6回、計1分)を目標にやるとよいでしょう。

脚を肩幅に広げ、できるだけ外股で立つ。
両手を頭の上で合わせ、腕をまっすぐに伸ばし、顔は上を向く。
このまま10秒間、できるだけ腕を上へ伸ばすようにしながら、肩甲骨を中央に寄せるように意識する。
呼吸は、大きくゆっくり息を吸い、ゆっくり息を吐ききる。

Point

- 1.腕をできるだけ上に伸ばすように意識しましょう。
- 2.左右の肩甲骨を中央に寄せるように意識しましょう。
- 3.肛門を締め、お尻を突き出さないようにしましょう。
※呼吸は、できるだけ高いところの空気を吸うように意識しながら、最初の5秒間でゆっくり息を吸い、あとの5秒間でゆっくり息を吐ききります。



食事 ダイエットレシピ!

食物繊維たっぷり糸こんにゃくスパゲッティ(1人分70kcal / 通常194kcal)

- 作り方**
- 1.糸こんにゃく1玉を食べやすい長さに切り、熱湯でさっとゆがいてあく抜きをする。
 - 2.市販のミートソース缶1/2をあたためて(1)にかけていただく。

とても簡単なので試食してみてください



健康ダイエットには、やはりこまめな努力と意識が必要です。短い時間で、簡単なエクササイズを続ける事が一番大切ですね。悩んでいる方、気になっている方、是非チャレンジしてみましよう!



試作部 試作1課1係 松本 亮



「...夜明けじゃ。新しい日本の夜明けぜよ!」
ここ数年毎週かかさずテレビドラマを観るなんてことのなかった僕が、今年どっぴりはまったのがNHKの大河ドラマ『龍馬伝』。毎週録画しては子供達にジャマされない時間帯を選んで部屋にこもり、熱くなりながら、時には涙を流しながらかかさず見てきました。
よく考えるとそれ程遠くはない150年前、激動の時代を駆け抜けたヒーロー「坂本龍馬」。心に染みてかっこよかった。ついでに「福山雅治」もかっこよかった。
CD買っちゃおうかなー!

今回は、試作部 試作1課1係 小林 浩さん お願いします。

次回掲載予定

- ・11年度会社方針説明会
- ・永年勤続20年表彰
- ・カイゼン提案表彰
- ・安全衛生の取組紹介
- ・5S活動完了職場紹介
- ・G・W特集
- ・ばとんたっち!

等々

※掲載内容を一部変更する事があります。