

Nagasaki Touch Plaza

長坂ふれあい広場

vol.51

2019/ 夏号

特集

1. 新入社員のその後



NAGASAKA

To be a company
must be there



新入社員のその後・・・

～そこになくなくてはならない人づくりのスタート～

新入社員が各部署に配属されてから間もなく半年が経ちますが、配属先ではどのような活躍をされているか気になっている方も多いのではないのでしょうか。

そこで今回は、毎年の恒例企画となりました『新入社員のその後』を特集としてお届けします。

質問内容

- 1 現在、担当している業務について詳しく教えてください。
- 2 あなたが理想とする社会人像について教えてください。
- 3 頼れる先輩は？先輩から言われて嬉しかった一言はありますか？
- 4 拝啓、未来の私へ ～将来の自分へエールを～



部 課

さん

- 1 資料を作成して現場に届けたり、切削や粉末造形品の見積りをしています。材料の管理や注文者・納品書の管理も少し任せてもらっています。
- 2 ミスなくテキパキと仕事をこなせる人。
会社にとって必要である人。
- 3 さん：1から丁寧に仕事を教えて下さり、今でも分からないところがあれば分かるまでしっかり教えて下さいます。早くたくさん覚えられる様に頑張りたいです。さんだけでなく、いろんな方から頼まれた仕事を終えたとき、『ありがとう』と言っていただくと、もっと頑張ろうという気持ちになります。
- 4 たくさんの仕事を任せてもらっているだろうけど、ひとつひとつ丁寧にこなして、なくてはならない存在になれるようにこれからも日々頑張れ!!



- 1 組付工程を担当しています。ホースとパイプを治具に取り付け、ペンチを使ってクリップ止めします。組付けた製品がサンプル見本と同じかどうかを整列検査で確認し、マーカーで印をつけます。
- 2 難しい作業でも嫌がらずにこなす。
- 3 さん：『丁寧にできるね。』
- 4 だんだん作業の量が増えていくけど、なんとか前から頑張れ!!



部 係

さん



部 係

さん

- 1 組付けられた製品にカプラとチャッキングを使って圧をかけ、空気が漏れていないか、不良品ではないかの検査を担当しています。
- 2 周りから頼られ、作業も早く、辛い事があってもずっと落ち込むのではなく前向きに進められる。
- 3 さん：分からない事があれば教えて下さり、とても助かっています。『早くなったね。』と言われると、最初の頃から比べて少しは早くなったのだなと感じて嬉しかったです。
- 4 諦めずに目の前にある壁を越えて、前へ進め。



病気を未然に防ごう！

平成31年 定期健康診断結果について



先日、実施した定期健康診断の結果、

当社の有所見率(定期健康診断を受診した社員のうち、有所見者が占める割合)は**53.7%**でした。

平成30年の全国平均は55.5%でしたので、全国平均より低い結果となっています。(ちなみに愛知県は51.9%です。)

なお、健康診断項目の中で有所見者が最も多かった項目は、『血中脂質判定』でした。

そこで今回は、『脂質異常症』の内容とその予防について取り上げます。



『脂質異常症』とは？

血液中の脂質が過剰もしくは不足してしまう状態のことを指します。

脂質異常の状態が長く続くと心筋梗塞や脳卒中のリスクが高くなります。

脂質異常となる原因としては、遺伝的な素因の他に、過食、高脂肪食、運動不足などの生活習慣やストレスが関係します。

出典: フリー百科事典『ウィキペディア (Wikipedia)』

脂質異常症のタイプ

脂質異常症には以下のタイプがあります。

- | | |
|-------------------------|-----------------|
| ◆ LDL(悪玉)コレステロールが多いタイプ | ⇒ 高LDLコレステロール血症 |
| ◆ HDL(善玉)コレステロールが少ないタイプ | ⇒ 低HDLコレステロール血症 |
| ◆ 中性脂肪が多いタイプ | ⇒ 高トリグリセライド血症 |



生活習慣でもカイゼン!! 台言葉は『ヤメル・ヘラス・カエル』

今から始めても遅くありません。生活習慣のカイゼンで病気を未然に防ぎましょう!!

① 過食(大食い)、間食をヤメル

高脂肪の食事や過食を続けると肥満につながり、脂質異常を悪化させます。



② 脂質の多い食品(脂身・バター・チーズ・チョコレート・レバー・魚卵など)の摂取をヘラス

大豆食品、果物、魚、海藻、野菜類はコレステロール値を下げる効果があります。
栄養バランスの取れた食事を心がけましょう。



③ エレベーターやエスカレーターでの移動を階段にカエル

適度な運動は善玉コレステロールの増加につながります。





社内報ウラ話

第一弾

【長坂ふれあい広場】もおかげさまで先回の発行で 50 回号を迎える事ができました。
50 号に至るまでに紆余曲折ありましたが、引き続き、従業員やご家族の皆様には社内報に興味を持っていただきたいとの思いから、社内報発行までの工程や、制作過程における担当者の苦労話（ウラ話）について、ご紹介します。

● 社内報ができるまで



企画立案から配付までの大まかな流れ



社内報は、大まかに上記の工程を経て発行しています。

年 4 回発行しますので、この工程を 3 ヶ月のサイクルで回しています。

制作過程で一番苦労しているのが、コーナーの企画を考える事です。（担当者泣かせとも言います。）

『企画立案』には、柔軟な発想力と情報への敏感さが必要とされます。

毎号飽きずに楽しく読んでいただくためにはどんな企画が良いのか、皆さんが今知りたい情報は何か、社内のホットなニュースはないか、など、社内の検討会議にて討論を交わしますが、号を重ねるごとに苦しくなっています。その為なかなか良いアイディアが浮かばず、ついついシリーズコーナーばかりになってしまう事も・・・。（T_T）

長年同じメンバーですので、新しい企画や発想がなかなか出てきません！！（笑）

しかし、次号が待ち遠しいと思っていただけるような社内報作りを目指して、これからも頑張ります！！

社内報は、社員のコミュニケーションを図る場でもありますので、皆さんも協力して下さいね。

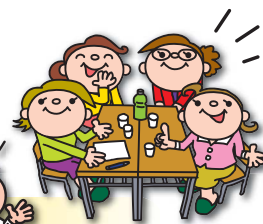
またいつかの第二弾ウラ話もお楽しみに！！



nagasaki

ふれあいコーナー

このコーナーは、皆様方からご投稿いただいた日常に関するご意見や体験をご紹介しますコーナーです。紙面でわいわいがやがやとお話出来れば幸いです！



『私のイチオシ! TOKYO2020』

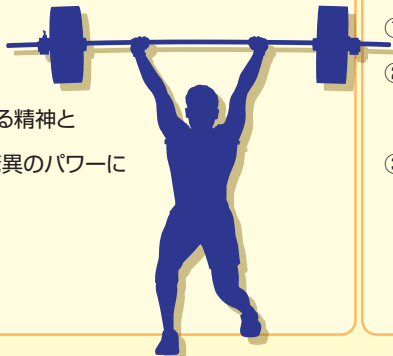
いよいよ東京2020オリンピック・パラリンピックの開催まで1年を切りました！
オリンピックは33競技、パラリンピックでは22競技の開催が予定されていますが、
来年の夏は世界中が感動と興奮で包まれることは間違いなし！！
見応えのある競技を見逃さないためにも、今回は皆さんのイチオシ競技と注目選手についておうかがいしました！！

【質 問】 ①イチオシ競技 ②注目選手 ③競技の見どころ



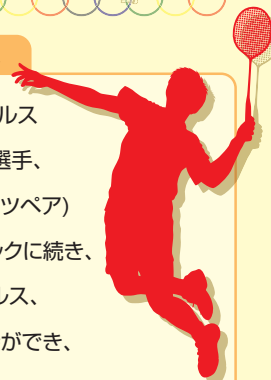
部 課 さん

- ① ウエイトリフティング
- ② 糸数陽一選手
- ③ 2分間と短い時間で見せる精神と
肉体の融合が生み出す驚異のパワーに
つい見入ってしまいます。



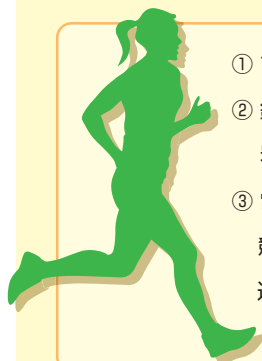
部 課 さん

- ① バドミントン男女シングルス、女子ダブルス
- ② 桃田賢斗選手、山口茜選手、奥原希望選手、
高橋礼華選手・松友美佐紀選手(タカマツペア)
- ③ 前回大会のリオデジャネイロオリンピックに続き、
地元東京でもバドミントン男女シングルス、
女子ダブルスでメダル及び入賞に期待ができ、
とても楽しみです。



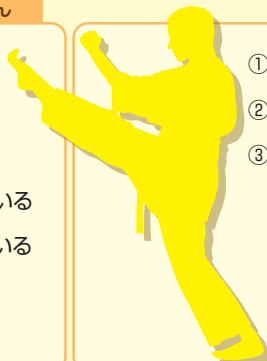
部 課 さん

- ① マラソン
- ② 鈴木亜由子選手、福士加代子選手、
岩出玲亜選手
- ③ 常日頃から走っているから1番注目している
競技です。特に5人以上の集団で走っている
選手達の走りを観るのが好きです。



部 課 さん

- ① 空手 形(かた) 男女
- ② 清水希容選手、喜友名諒選手
- ③ 男女ともに金メダルが期待される種目です。
『形』は相手を仮想して演じる競技ですが、
キレッキレな動きと選手からみなぎる気迫が
見どころです。見ていると思わず力が入ります。



お知らせコーナー

3ヶ月程度先までの会社及び関連の主な行事をお知らせします。
なお、都合により変更する場合がありますのでご注意ください。



- 1. 特殊健康診断(部) 10月15日(火)
- 2. 中学生職場体験学習 11月上旬～中旬
(関係部署の方はご協力お願いします。)
- 3. 停電年次点検 11月9日(土)8:30～17:00(予定)
- 4. QMS内部監査 11月18日(月)～11月22日(金)(予定)



- 6. 西の浜クリーンアップ活動
(亀の子隊へ参加を希望される方は課までお問い合わせ下さい。)

10月度 10月20日(日) 10:00～11:00
11月度 11月17日(日) 10:00～11:00
12月度 12月15日(日) 10:00～11:00





目指せ!!三河弁マスター!!

三河弁講座



『三河弁』とは愛知県三河地方で話されている方言で、大きくは西三河と東三河に分かれます。名古屋弁と比べると知名度の低い三河弁ですが、かの有名な徳川家康も、もしかしたら三河弁を使っていたかも!?

本コーナーでは当社がある西三河地方の方言をみなさんにご紹介します。



Lesson3(中級編)『おそがい』[形容詞]

意味 『怖い、恐ろしい』

使用例 『夜道が**おそがい**もんで一緒に帰ろまい』

(夜道が怖いから一緒に帰ろうよ)

『お化け屋敷は**おそがい**もんでいかに』

(お化け屋敷は怖いから行かないよ)



表紙

写真決定!!



撮影者

部 課
さん

撮影場所

大阪城

表紙写真(題名)

「大坂夏の陣」



撮影時の一言エピソード

先日夏季休暇で大阪へ行った際に撮影しました。

外国からの観光客が多く、城内に入るまでに長蛇の列…。あまりの暑さに戦場と化していました。当時の名だたる武将も、人気観光地となった現在の姿はさすがに予見できなかったのではないのでしょうか。

今回は秋号をイメージした写真を募集させていただきます。ご協力をお願いします。
【応募期間】2019年10月31日(木)まで【提出先】部 課 まで

ご協力 ありがとうございます。



オフメシ!

休日(オフ)に食べるご飯(メシ)略して『オフメシ!』

このコーナーは、休日に食べたご飯をリレー方式で紹介し、社内のコミュニケーションの充実を図るコーナーです。

家庭料理や外出先で食べた料理を皆さんに紹介していただきます。



健康的でポリコミーな食事

氏名

部 課 さん

私のオフメシは、大府市にある知多の旬菜農場『農家食堂・菜々惣』です。60分間食べ放題で旬な野菜の惣菜バイキングです。野菜以外にも、カレーや肉料理、パスタ等もあります。私は野菜好きなので好きな惣菜をおなか一杯食べられて凄く満足しました。店内も落ち着いた雰囲気女性にオススメなお店です。女性以外でも健康に気を使っている男性やお年寄り、野菜が苦手な子供でもたくさん食べられると思います。

値段もとてもリーズナブルなので、皆さんも是非大府まで足を運んでみてはいかがでしょうか。



今回は、部 課 さん よろしくお願ひします。



部 課 さん

JRの『さわやかウォーキング』を知っていますか?

最寄りの駅がスタートとゴールで、特に予約や参加費

はいらず、6~10kmくらいのコースを2~3時間かけて歩くものです。

気が向いた時にいつでも気軽に参加できるので、運動不足解消の為にこのウォーキングに時々参加しています。ただ歩くだけで長続きしませんが、イベントや名所、旧跡、食べる所を楽しみながら知らない土地を散策できるうえ、行き帰りはJRを利用するので色々な列車に乗り、時刻表を見ながらプランを立てられるので鉄道好きの私には打ってつけです。

行き先によっては『さわやかウォーキング号』と言う臨時列車も運転され、参加回数が増えるとグッズが貰えるのも楽しみです。7、8月は暑いので開催していませんが、9月からは色々なコースが始まるので興味のある方は参加してみてもいいかもしれません。



今回は、部 課 さん よろしくお願ひします。

編集後記

～ある編集者のつぶやき～



ふれあいコーナーでも取り上げましたが、来年はいよいよ東京オリンピック、パラリンピックが開催されます。

今回のオリンピックでは、『野球/ソフトボール、空手、サーフィン、スケートボード、スポーツクライミング』が追加されましたが、追加された全ての種目において日本人のメダル獲得が期待されています。

もちろん追加種目以外でもメダル獲得が大いに期待されますが、今回はホスト国でもありますので、自国のメダルの数だけに注目するのではなく、日々の過酷なトレーニングを経て競技に臨まれる、全ての国の選手たちに対してエールを送りたいものですね。

さて、今回も懲りずになぞかけで締めさせていただきます。

『オリンピック』と掛けまして、『テストのカンニングが見つかった子ども』と解きます。その心は、

『聖火(成果)が上がった祭典(採点)の先に感動(勘当)があります。』

お粗末さまでした。

