

丸給魂

社長メッセージ

●第九話 品質と収支を求める日々●
吉田センターで起きた混乱については誰かがけじめをつけなければならぬものの、今回は元請け企業の変更も無く、若干の体制変更のみで火消しは終わり、通常運営(荷主企業が望む物流品質(貢献度)を、委託料金の範囲内で各条件が同意・実行されている状態)へと改善が進んで行きました。

当社は3次請負い企業としてセンター全ての作業を担い、トラックでは主に関東行き直送輸送を担当。この時から当社の事業者としての物流品質と収支に対峙する、終わらなき挑戦が始まりました。この頃の現場作業の状況は、毎日の様に起こる商品破損や倉庫内での施設破損といった事故、さらに誤出荷の連続で自らの企業価値を損なう状態でした。このことからお客様との条件面での交渉が不利になり、契約書の締結内容を無視した作業単価の引き下げ等、理不尽な要求を受け入れざるを得ない追い詰められる状況が、この後約3年も続きました。その結果、せつかく能力のある若い人材が入社しても、資金が乏しく正社員採用ができずに辞めてしまう為、高齢の契約社員の方々にも頑張ってもらって頂き、何とか切り盛りする状況でした。光を見出せない現実の中で、当時の増井さん、米村さん、増田(繁)さんの尽力により、少しずつ品質が向上して行きました。この時の苦しみは、今となっては大きな財産となっています。(つづく)

いつもありがとうございます。

2022.5.20 代表取締役 橋口智規

まだまだ大募集!! 『悩MEL伝言板』

今だから言える「ごめんなさい」、面と向かって言えない告白、【悩MEL伝言板】であの人に伝えてみませんか?内容は「愛」があれば愚痴や謝罪、感謝や告白など何でもOK★相手は同僚・親・子供・兄弟姉妹・恋人・友人…どなたでもOK★必ず誰に宛てたメッセージかを書いて下さい。また、名前出し・イニシャル希望・匿名希望・ペンネーム希望もお忘れなく♪
(例)同僚Aへ➡困った時、悩んでいる時、いつも話を聞いてくれてありがとう。今度飯でもおごるよ…今度…その内ね…コロナだし(笑)

社内報 2022年5月号 お結びだより

コロナ禍で急増「マスク頭痛」

長時間マスクを使い続けて頭痛がしたことはありませんか? それは自分が吐く空気を吸い込むことで、二酸化炭素が脳の血管を拡張させて片頭痛を引き起こす「マスク頭痛」です。

これからの季節は熱中症も心配されるので、人がいない場所ではなるべくマスクを外して、深い呼吸を心掛けて予防しましょう。また、マスクの耳掛けがきつかったりサイズが小さいと、耳や顔に負担がかかり、それが首や肩のコリとなって「緊張型頭痛」を招くことも!!

いくつかあるよ 頭痛のタイプ

緊張型頭痛

頭から首にかけての筋肉が緊張することで起こるため、普段の習慣を見直すことで予防ができます。スマホの見過ぎ、猫背、うつむき姿勢など、目の酷使や姿勢の歪みに気を付けましょう。

片頭痛

片頭痛の脈打つような痛みは、何かの理由で一旦収縮した脳の血管が、反動で拡張する際に近くの感覚神経を刺激するため起こります。予防するには、赤ワイン、チョコレートなど血管拡張作用のある食べ物を減らしましょう。

群発頭痛

目の奥にある動脈が拡張し、炎症を起こすために痛みが生じると考えられています。他の病気が潜んでいる可能性もあるので、自己判断せず医療機関を受診した方がよいでしょう。

ちなみに コーヒーやチョコレートに含まれるカフェインを摂ると軽度の頭痛なら痛みを和らげてくれるそうです。でも摂り過ぎは逆に痛みを引き起こす可能性があるため気を付けましょう。

健康コラム

『我が家の〇〇自慢★』

第3回は 清水大型乗務員 西野有介さんの奥様 里沙さん

私の自慢は収納術です。A型の私は元々綺麗好きでしたが収納は苦手で、片付けてはどこにしまったのかわからなくなっていました。



しかし、流行りのInstagramを参考に真似していくうちに、収納術が身に付いていきました♪ポイントは2つ!

- ①頻繁に使うものは取りやすい場所に置き使いやすく
 - ②収納場所にシンデレラフィット*するボックスでスッキリ
- *本来別の用途のもの同士がぴったりと収まり合う様、収納スペースに物がぴったり収まった状態。シンデレラのガラスの靴が由来。



どのボックスに何が入っているのかテープで名前を貼っておくと、家族からの「どこにある〜?」を防げます! 収納グッズでオススメなのはやはり王道の無印良品



形や色を統一することでより綺麗に見えます! ニトリやカインズもおしゃれで可愛い商品がたくさん出ているので色々な場所で活用できると思います。100均のセリアは小物を収納するボックスが豊富でよく買います★



我が家では靴下・下着を仕切るものや乾電池収納を愛用しています!



Instagramで「#収納 #シンデレラフィット」と検索すると収納術がたくさん出てくるので、それを参考に日々楽しみながら勉強しています。収納で悩まれている方にはぜひオススメです(^^)/

防災クイズ ～全問正解に挑戦!!～

楽しく学んで
防災力もアップ!

- Q1** 大きな地震が起きた時に最も重要な物は次のうちどれ?
①水 ②乾パン ③懐中電灯 ④携帯ラジオ ⑤のこぎり
⑥医薬品 ⑦十円玉 ⑧スリッパ ⑨笛 ⑩多機能ナイフ
- Q2** 家にいる時に大地震が起きた場合、最初にとる正しい行動は?
A ドアや窓を開ける B ガスの元栓を閉める C 机の下に隠れる
- Q3** 外にいる時に大地震が起きた場合、一番正しい避難場所は?
A コンビニエンスストア B ガソリンスタンド C 交番
- Q4** スーパーマーケットにいる時に大地震が起きた場合、正しい行動は?
A 買い物かごをかぶってうずくまる B コンクリートの柱の下に避難する
C 非常口から逃げる
- Q5** 家にいる時に大地震が発生し、自分より体重の重い人が倒れて動けなくなっています。さてどうやって運び出しますか?
A 毛布で体全体をくるんで運ぶ B ひもを脇の下に巻いて運ぶ
C ジャンパーを着せて襟を引っ張って運ぶ
- Q6** 地震発生後、柱に足が挟まれて長時間身動きできず苦しんでいる人がいます。あなたがとるべき正しい行動は?
A 柱を持ち上げ助け出す B そのままにして救助隊の到着を待つ
C 挟まれている足をマッサージする
- Q7** 火災発生時、ビニール袋の正しい使い方は次のうちどれ?
A 膨らませて防災頭巾の代わりに使う B 水を入れて火元に投げつけ火を消す
C 頭からかぶり煙を吸わないようにする
- Q8** 激しい雨が続き、水が溢れて道路や床下に氾濫し始めました。家族そろって避難する場合の正しい行動は?
A 車を避けるため道路の端を歩く B 元気な人を先頭に急ぎ足で歩く
C 高齢者・子供を真ん中に縦に一列になってゆっくり歩く
- Q9** 海岸にいる時に揺れを感じました。この時にとるべき正しい行動は?
A 海の様子を観察する B 津波注意報・津波警報を聞く
C すぐに高台や高いビルに避難する
- Q10** 1981年より前に建てられた家について、次のうち間違っているのは?
A 瓦屋根であり屋根が重いから地震にも強い
B 耐震性確保のため、専門家に耐震診断を依頼すべき
C 寝室に高い家具を置かない様にし、家具は壁や相互に連結・固定



全問正解者の中から抽選で **3名様** に **5,000円分** の **Quoカード** をプレゼント!! アンケート用紙で回答応募してね♪



社内れんらく

5/14(土) 林克哉さん(清水 TR 乗務員)
にお子さんが生まれました



氏名: こはる 背番号: 1番
ポジション: 長女
得意技: ミルクを飲みながら
出しちゃう👶パパ似なの♡
ポリシー: あたし眠いの。
ツンツン👉しても起きて
あげな〜い(*´ω`*)
寝る子は育つよ〜♪



(川崎大型)
2022年2月22日入籍
石岡 大樹さん
♡
怜夏さん

(本社総務)
2022年5月26日入籍
石神 加織さん
♡
寿彦さん

(整備部)
2022年5月30日入籍
志田 蓮さん
♡
夢さん



アンケート&プレゼント

アンケート4月号で聞きました♪ 新企画『悩MEし伝言板』

Message
両親へ。
いばりんぼな娘でごめんなさい。今、自分の娘にいばられて辛さ(と怒り)を痛感しています。。【匿名希望】

Message
息子の彼女へ。
不器用な男だけど二年半付き合ってくれてありがとう。どうか息子の嫁になって下さい。【M.T】

Message
広報委員へ。
あなたはどっち派?が好きです。また第5弾も楽しみにしています。【にじゅうなぬか】

【匿名希望さん】わかる〜!!
【M.Tさん】お父さん(人'V'*)
【にじゅうなぬかさん】現在ネタ募集中です(;^ω^)
【雄一朗さん】吉田町は分別が大変なんだぞー! ♪(๑ˊˋˊ) ♪
【久保田さん】お疲れ様です。気を付けましょう(;^ω^)
【西方さん】次回アンサー編♪載せられなかった方、次回ぜひ掲載させていただきます♪

整備 廣田さんへ。
(マックの)ゴミをたくさん出してごめんなさい。
【整備 雄一朗】

家族へ。
いつも風呂で寝てすみません。
【整備 久保田工場長】

Message
関東 黒田さんへ。
迷惑ばかりかけてごめんなさい(TDT)
いつもありがとうございます♡これからよろしくね😊
【神奈川BC 西方】

4月号当選者発表!! (24名の応募がありました☆)

★ハイボール...新庄謙三さん ★山安のり...吉野誠樹さん
★FUSOグッズ...山本七海さん ★米菓詰合せ...野村成三さん
★JCBギフトカード...今井明人さん ↓次回抽選でプレゼント♪

★アサヒスーパードライセット 350ml×20本 ...1名様
★キーコーヒー ドリップオンギフト 30袋入り ...1名様
★東京風月堂 銘菓詰合せ 20個入り ...1名様
★ビール共通券 770円×2枚 ...2名様

アンケート用紙は各拠点の回収袋、または広報委員へ直接お渡し下さい。応募締め切り 6/10(金)