

笑顔の社内報

第 213 号
2021/6/10
株セイキ

皆様へのご願い

この社内報は必ず目を通してください。皆さんが笑顔でお仕事をしていただく為に必要な教材として位置づけています。ときに触れ責任者や社員から研修される内容はこの社内報に多く記載されています。知らなかった。教えてもらっていない等、言い訳をされる方もいますが、タイムリーなことは必ずこの社内報に記載されています。皆様への研修の一環として重要なことを社員が記事を書いていますので、必ず最後まで読んで下さい。

感染をしない。感染をさせない。感染を広げない。

5月11日までの緊急事態宣言が31日まで、そして6月20日までと次々に延期されました。新規感染数を見てもまだ解除できない状態であることは理解します。政治判断でこの宣言が発出されたり解除されたりし、これに不満をいう人も大勢いますが、先月もここに書いた通り人の動きはいつこうに止まっています。ひとり、ひとりが現状を理解し外出を控えるなどの行動を取るべきです。私たちはお客様である医療現場はとて大変な状況になっています。昨年からコロナ受け入れ病院として稼働しているお客様や、先月には4月中ごろから院内クラスタとなり、5月中ごろまで病棟をすべて閉鎖して対応にあたられたお客様もいらっしゃいます。他の病院でもコロナ陽性

自分は感染者であると思い行動する！

私たちは絶対に

マスク着用する。

手の届く範囲でしゃべらない。

手袋をして手指消毒を徹底する。

どんな場面であっても、必ず守ります。

濃厚接触者になりません。させません。

濃厚接触者とは・・・

マスクをしないで15分以上会話をした。

例)友人と談笑しながらお茶をした。休憩室で談笑した＝濃厚接触者になりました。

ワクチン接種済み者でも濃厚接触者になる。

が判明した患者様が他病院に転院できず、そのまま入院されているという病院も多くあります。現場で働く医師や看護師、助手の方々の大変さを目の当たりにしている私たちは、決して軽率な行動をとることはできません。まして病院や高齢者施設で働かせていただいている私たちはれっきとして医療関係者、高齢者施設関係者なのでから。熱が出れば「病院で働いている」といえばすぐPCR検査が受けられ、ワクチンも優先的に接種していただけるというありがたいこともあり。少しもお役に立てることはないかと考えるばかりです。私たちの出来ることは清掃や受付等。特に清掃においては、感染を広げない方法で清掃する。受付ではしっかりと対応を行って現場を混乱させないようにする等が必要。何度もおさらいばかりになりますが、次の事をしっかりとまもって少しでもお客様、社会のためにお役に立っていきましょう。

休憩室、更衣室では手洗い、手指消毒をしてから入室しマスクは絶対に外さないで下さい。

密になりそうならお互い譲りながら更衣をするようにしてください。

食事中も会話せず、距離をとりお互いに背を向けて食べる等工夫が必要です。換気していますか？休憩室にクレベリンは設置されていますか？

現場では、お客様ご利用者様と挨拶以外の日常会話は遠慮してください。今はマスクの下から笑顔で挨拶だけにとどめましょう。(適度な水分補給で熱中症予防!!)

お客様からの業務連絡を聞く場合は正面に立たず、1m以上の距離をとって話を聞くようにしてください。

私は感染しています。でも人には移しません！の意識を。

昨年と同じでしたがこれから暑くなり、少し感染者も減ってきました。今年も同じ状況です。感染者数は少なくなりますがコロナがなくなることはありません。また昨年と違うのは変異株の出現。ウィルスの脅威です。今はワクチン接種が進んできているので少し安心感が出ていますが、感染はすると言われています。接種したからと気を抜かず感染対策をしっかりと行って対応にあたりましょう。いつか、インフルエンザのように予防接種と特効薬ができ、今年も予防接種を受けましょうという具合になるまではもう少し時間がかかることでしょう。皆さん感染対策の徹底をよろしく願います。(田中)

現場紹介のコーナー

社会医療法人 大道会 介護老人保健施設

グリーンライフ

グリーンライフは平成10年に創設された介護老人保健施設です。日常生活を行うための介護福祉士や、ケアにも看護にも経験豊かな看護師を置かれ、1階にはリハビリステーション、デイケアスペースがあり、2階3階には100床の療養室があります。通所リハビリテーション、訪問看護、ショートステイがあり、リハビリに力を入れられている施設です。

23年ぶりに外壁が一新されました。



23年前建築当時



現在



洗濯を行っていた為、何度も洗濯物を持って往復が必要でした。そんな中「何か手伝える事があれば言って下さいね」と声をかけてくださり、期間最終日は日曜日でしたが、「清掃業務の後で洗濯しておきますから、西野さん来なくて良いですよ」と言い、手伝って下さいました。本当にうれしかったです。

今年の梅雨入りは例年より早く、玄関周りや建物への汚れの持ち込みが気になっていた所ですが、そんな中、5/22(土)の朝(大雨警報がでた翌日です)用事がありグリーンライフへ行くと、佐藤さんが外周の掃除をされていました。いつもは11時頃に行う作業ですが、昨日の大雨でツツジの葉や花や風で飛んできたゴミが散乱していたので、先に軽く掃き掃除しました。との事で見ると、チリトリからあふれるほどの落ち葉やゴミがありました。

ペンキを塗り替え綺麗になっただけでなく、機転を利かせて下さるパートさんのおかげでいつも綺麗に保たれているのだなと思いました。

いつも一生懸命頑張って下さる皆さんありがとうございます。これからもよろしくお願いします。(西野)

労災事故防止

転倒災害を無くしましょう。

加齢により認知能力の低下は誰にでも起こります。

日常生活での転倒や清掃中に転倒するのを見たり、聞いたりしますがそのほとんどは打撲程度ですみますが、2月には清掃中に転倒し足首を骨折する大ケガが発生してしまいました。

今まで転倒したことがない人が、ちょっとバランスを崩して転倒し約1カ月間、仕事を休むことになってしまいました。なぜ、転倒してしまったのか、どうしたら防止できるの

かを考えてみました。

労働災害の中で最も多いのは、「**転倒**」が約**25%**(**60歳以上の高齢者では37.8%**)を占めています。発生しやすい条件や場所は、

- ① 「凍結・降雪・雨・濡れた床」→「すべりによる転倒」
- ② 「凹凸・段差」→「つまずきによる転倒」(段差がなくても足腰の筋力の衰えにより足を上げる高さが低くなります) ますますも。
- ③ 階段・暗い場所」→「踏み外しによる転倒」(足もとが見えにくい状況での階段は危険。加齢による水晶体の弾力性や光の透過率の低下により視力や暗い場所での視認性が低下し目が暗さに順応するまでに時間がかかり注意が必要)

発生要因としては「体のバランスが思うようにとれなかった」「気持ち先走り体がついていかなかった」「足腰が弱っていた」など・・・年齢を重ねるとともに視力や握力、バランス保持能力といった身体機能が低下していくことは避けられないことです。こうした身体機能・認知機能の低下に気がつかず、自分は「できる」と過信して無理な動作をしようとする転倒の原因となります。転倒予防として2つのことを試してみたいかがでしょうか。1つ目はすべりにくく、つまずきにくい靴への見直しです。靴の屈曲性が悪かったり重量が重いとすり足になりやすくなります。つま先部の高さ(トウスプリング)が低いとちょっとした段差につまずきやすくなり、高いとすべりやすくなります。靴底がすり減ってくるとすべりやすくなるので、早めに新しい靴との交換をしましょう。2つ目が習慣的な体操による筋力の低下を防ぎ筋力を維持することです。身体的なバランスを保つことや、立ったり座つ

たりする筋力の維持するために、下肢の筋肉や体幹の強化です。You Tubeなどの動画サイトで転倒予防体操を見ることが出来ますので参考にしてください。自分にあった、転倒防止の取り組みを考えて実践してみたいかがででしょうか。また、健康増進には「ラジオ体操第一」が有効です。また厚生労働省のサイトに「転倒・腰痛予防！いきいき体操」があります。参考にしてください。(堀井)

▶ラジオ体操第一の基本運動と効果

1	神々の運動	正しい姿勢、肩こり、リフレッシュ	8	腕を上下に伸ばす運動	肩力アップ、肩こり、リフレッシュ、腕力アップ
2	腕を振って肩を伸ばす運動	結核予防、肩こり、転倒予防	9	体を斜め下に曲げ、腕をそらす運動	正しい姿勢、呼吸機能アップ
3	腕を回す運動	肩こり、血行促進、目の疲労回復	10	体を回す運動	腰痛予防、正しい姿勢、内臓器官働き促進
4	腕をそらす運動	呼吸機能アップ、正しい姿勢、血行促進	11	両脚で踏み跳ぶ運動	血行促進、リズム感アップ、腰痛予防効果
5	体を横に曲げる運動	柔軟性アップ、正しい姿勢、消化器働き促進	12	腕を振って肩を曲げ伸ばす運動	肩力促進、肩こり、転倒予防
6	体を前後に曲げる運動	腰痛予防、疲労回復、柔軟性アップ、内臓器官働き促進	13	深呼吸	リラックス効果、正しい姿勢
7	足を曲げる運動	正しい姿勢、内臓器官働き促進、腰痛予防			

▶動画「転倒・腰痛予防！いきいき体操」4分30秒 <https://youtu.be/C2602522>



厚生労働省 職場のあんげんサイト
「転倒・腰痛予防！いきいき体操」より

仕事上のやりがいがほしい

「仕事にやりがいが見いだせない」「毎日が同じことの繰り返しのようにつまらない」仕事にだいたい慣れてきた頃、このような気持ちになる人は少なくありません。必ずしもやりがいはい「仕事上で」必要というわけではありませんが、家族や趣味、友人との時間など、人生において大事にしたいポイントは人それぞれです。「働くことに対して、どうしてもやりがいを見いだせない」という状態でも無理にやりがいを見つけようと焦る必要はありません。とはいえ、多くの人にとって仕事は「人生の

大半を費やすもの」です。とくに人生100年時代と言われる今、働く期間は長くなっています。どうせ働くなら、やりがいを感じながら楽しく働くほうがいいですよね。仕事におけるやりがいとは？

そもそもやりがいとは何でしょうか。

やりがいとは「物事に対する充実感や手応え」のことを指します。仕事でやりがいを感じるポイントは、大きく4つあります。

- ①仕事に対する充実感や達成感が得られる
- ②持っている知識や能力を發揮できる
- ③自身の成長が感じられる
- ④自分が行った仕事に対して、相応のリターン（成果や評価、報酬など、顧客や同僚の感謝の言葉も含む）が得られる。

①④のどれに重きを置くかは個人差がありますが、いづれにしてもどれかが満たされない状態に時に、人はやりがいを感じられなくなってしまう。一人ひとりの性格や価値観が異なるように、同じ労働環境で同じ仕事をしていても、やりがいは異なります。

例えば、「成果を上げチームに貢献すること」がやりがいの人もいれば、「お客様から、ありがとう、と言われること」という人もいます。

イキイキと働いている同僚をみて、「なんで自分はある風にもモチベーション高く働くことができないんだろう…」と悩む必要は、まったくありません。

自分自身にとって満足度の高い人生を送るためには、周囲に振り回されず、「自分にとってのやりがい」を見つけていくことが大切です。

働くこと自体にあまりやりがいを感じられない人の場合は、仕事は仕事と割り切って、家庭や趣味、友人との時間などを充実

させるというのも1つの手です。

プライベートが充実することで、仕事とのメリハリもつき、仕事に対するモチベーションアップがアップすることもあるからです。また、副業やボランティアなどの社外活動に挑戦するのもおすすめです。

新たな出会いにより、今まで知らなかった世界を知ること、自分はどうなところにやりがいを見出して生きていきたいのかをより広い視野で考えることにつながります。(古田)

研修のコーナー

目の付け所。ちりも積もれば汚いよ！
プロとして気づく目、気づく心を訓練しましょう。



先の写真。どこが汚いかお分かりですか。もちろん拡大しているので、わかりますよね。どこでも存在するウオッシュレット機能付きのトイレです。日頃は便器手前からかみこんで、普段から目につくことのない細かな部分までしっかりと掃除

をしていただいています。ウォッシュレットノズルやシャッター
ーまでも。しかしこの部分は？

明らかに目につくところにホコリがたまって、輝くものがくす
んでいます。ホースにもホコリが積もっています。またコンセ
ントの上部にもホコリがあり、このホコリが発火すれば火災に
つながります。でもこの下の床にはホコリはありません。きつ
と奥までモップが入っているのでしょうか。それでもこのほこ
りに気づかない？

どうか皆さんにお願いがあります。
清掃を仕事とする者として、まず大切なことは目に見える部分
に汚れないかということです。これに気づく目を、気づく心
をもってもらいたいです。この部分の清掃をするには数秒
で終わります。クロスで一握りするだけです。コンセントの上
もひと拭き。合計5秒もかからない工程です。

社員、担当責任者は普段から細かなところまで口うるさく指導
しているつもりですが、抜け落ちている所もたくさんあると思
われます。現場で先頭に立つってお客様のためと懸命に業務に取
り組んでいただいている皆さん場ばかりと信じています。言わ
れたところだけ掃除すればよいになり、利他の心を忘れてない
で下さい。是非、利用者目線、気持ちになって、一呼吸おいて
周りを見渡し、仕上がりを感じていただければ幸いです。
利他の心、楽しんで人に喜ばれる仕事をしましょう。合掌



上の写真のような配管に白や緑の
付着があった場合は、これを除去す
ることは不可能です。また除去して
しまうと穴が開き水漏れを起こし
ます。配管が腐食していますので無

理に除去せず、社員まで報告して下さい。なぜ配管が腐食する
か？堆積したホコリが湿気を帯びて、配管を腐らせたと
いう原因があります。私たちの仕事。建物の延命を図ること。とて
も重要なことです。よろしくお願ひします。

第39期 6月度 勤続感謝賞

20年目	松尾さん
10年目	瀧井さん・山さん 松永さん
6年目	芹川さん・梶さん
3年目	坂本さん・石橋さん 今野さん・渡辺さん 島川さん

多年のご協力ありがとうございます。
これからもよろしくお願ひします。

代表取締役 田中克人
お客様サービス部一同



私たちが大切にしている事

・笑顔の挨拶・感謝

笑顔で挨拶を行います。はじめは照れ臭いかもしれませんが、でもその
笑顔のあいさつが周りを笑顔にします。また今日も健康で仕事が出来
ること何事にも感謝の念をもって取り組んでください。たくさん「あ
りがとうございます」を発信していきましょう。

・報連相を徹底してください

分からないこと、困ったこと、不安な事、うれしかったこと。何でも結
構です。すぐに報告・連絡・相談をお願いします。

・相手の立場になって

悪口、影口など自分がいやなことは、ほかの人もいやです。どんな
時も相手の立場に立って、言動や行動をして下さい。

・丁寧な仕事

破損事故が発生しています。何事にも丁寧な仕事をお願いします。
ながら作業や片手で物を動かしたりして落下させていることが多いで
す。周りを見て落ち着いて両手を添えて物を動かしましょう。

・高いところ、危険な作業は禁止

骨折や時には命にかかわるような重大な労災事故が発生しています。
不安定な台の上、いすなどに乗って作業は絶対にしてはいけません。
仕事は地面に足がついた状態で行ってはいけません。また重たいも
の、自分では危険で無理と感じたときにはすぐに連絡ください。

・鍵の紛失はあつてはなりません

お客様から預かった鍵は、あなたを信用して貸していただいた大切な
カギです。絶対に無くさない、また安易に扱わないでください。

・針刺し事故

重大な針刺し事故が発生しています。ごみの中には何が入っているか
わかりません。絶対にゴミ箱、ゴミ袋の中に手をいれてはいけません。
またごみ袋を抱えてはいけません。

・ゴミ箱にはいつていないものは捨てない

ゴミ箱の近くにおいてあった、ごみ箱の上のせてあったものをごみ
と捨ててしまい、後からごみではなかったことが発覚したことがあり
ます。ゴミ箱に入っていないもの、またおかしいなと感じたときは捨
てないでください。

・健康と安全

あなたの健康と安全の責任者はあなたです。健康であることが一番初
めの仕事です。健康で事故のない生活を徹底してください。また感染
予防で一番大切なことは石鹸と流水による手洗い、うがいです。徹底
をお願いします。

何かあったらすぐ報・連・相下さい。スピードが大切です。

本社フリーダイヤル 0120・029・688