

なんだ・かんだ

◆ 国のランキング ◆

毎年、国を対象とした色々な世界ランキングが発表されます。

「住みやすい国ランキング」世界最大の規模の外国人居住者支援ネットワークが、国外居住者を対象に行った調査。調査項目は、●福祉●旅行●輸送機関●個人の幸福●環境●平穏さ●政治的安定●治安や健康●レジャー施設といった“個人の生活の質”の観点から順位が付けられます。

1位シンガポール。治安の良さ、政治的安定や平穏さが高評価。2位エクアドル、3位オーストリア。**日本は7位**。治安の良さや健康、旅行や輸送機関は上位ですが、個人の幸福度は39位と低い。4位～10位は、スイス、ポルトガル、スペイン、日本、チェコ、ドイツ、韓国の順。

「世界平和度指数」国際的研究機関の「平和経済研究所」が発表。調査項目は、●近隣諸国との関係●武器の輸出入●暴力的なデモの可能性など平和に関係する23項目の基準で比較。(点数が低いほど上位。)

平和度第1位アイスランドは「外国での紛争に参加」と「武器輸入」が「2.0」である以外はすべて「1.0」。総合スコアは「1.148」。2位デンマーク、3位オーストリア。**日本は8位**でスコアは「1.322」多くの基準が「1.0」だったが、重火器の所有件数のスコアが「2.6」(やくざ組織の保有とみられるようです。)更に「隣国との関係」が「3.0」と極めて悪い。その他の国は、米国94位、中国124位、ロシア152位、北朝鮮153位、最下位162位はシリアなど。調査結果から前年と比較して、81カ国が「より平和」になり、反対に78カ国が「事態が悪化」しています。

「人間開発指数(国民の豊かさ)」国連開発計画が発表。調査項目は、●一人当たりの国民総所得(GNI)●平均余命●修学状況等から算出。最も豊かな国は、1位ノルウェー、2位オーストラリア、3位スイス。**日本は19位**。その他米国8位、韓国17位、ロシア50位、中国90位。

「世界幸福度ランキング」国連が発表する。調査項目は、●国民1人当りの実質GDP(国民総生産)●社会保障●健康寿命●人生選択の自由度●寛容度●汚職度●政治的自由度など。

1位スイス、2位アイスランド、3位デンマーク。**日本は46位**で平均をわずかに超え55.4点のBランク。アジアのその他の国を見ると、台湾38位、韓国47位、香港72位、中国84位です。今年で3回目になるこの調査、順位に変動はあるものの、上位13カ国は昨年と同じだそうです。

まあ、色々なランキングがありますが、総じて上位に欧州、特に北欧諸国がランキングされる事が多い様です。「ゆりかごから墓場まで」という充実した社会保障があるからでしょうか。

それにしても日本は評価は低いですね。自国の評価が低いのは気持ちの悪いものではありません。国によって文化も価値観も多種多様ですし、平和度は別として、一概にどの国が豊かか幸福かを数値で示すことも難しいことですが、いずれにしても自分の国が一番だという気持ちは持ちたいと思います。国民に愛国心が無い国に将来はないと思います。やはり、私の中では「日本が一番」の国です。



■ エネルギー使用合理化等事業者支援補助金 ■

昨年紹介しました「省エネ補助金」と同じような補助金で「エネルギー使用合理化等事業者支援補助金」が予算化されるようです。

具体的には、工場・事業場等における既設設備・システムの置き換えや改修により、省エネルギー化を行う際に必要となる費用が補助されます。

ここ数年継続されている補助金で昨年の要項は、機械のみに適用され、補助割合の上限は1/3、工事費は対象外で、一事業当たりの補助金上限は50億円、下限は100万円(補助金100万円未満は対象外)ということでした。

今年の補助率や上下限等の要項はまだ分かりませんが、かなりの金額が補助されるので、大きな投資をされる方は要チェックです。

今年も宜しくお願ひ致します

昨年末から先週末まで暖かい日が続く、今年の正月休みは大変過ごしやすかったのですが、株は大発会から大暴落。昨年も株式市場は当初大きく下げてからアップダウンを繰り返して荒れましたが、1月末には前年末の水準まで戻りました。今年はこまめに下がってしまおうと、値を戻すには、まだまだ時間がかかるでしょう。

1日の新聞での景気予想は、株価は上が22300円。下げても18000円。為替は123円程度。GDPの伸び率は1.5%。新興国の経済の減少が和らぎ、雇用所得環境の改善を支援に、個人消費が回復し穏やかに回復する。年後半は消費税増税の駆け込み需要があり、日米を中心に景気は堅調に推移する。米利上げで円安が進行し企業収益の追い風となる。雇用設備投資も伸び、経済の好循環が実現する年である。リスク要因は、中国など新興国経済の減速がある。と多くのアナリストが予想していました。やはり予想というものは、当たらないものです。

今週は、日本に大寒波が襲来し、大寒冷え込みでしたが、来月に入ると又暖かくなるそうです。景気も気温と共に上昇することを望んで止みません。本年もどうぞ宜しくお願い申し上げます。

代表取締役 服部 敬一郎

社員ブログ

● 新年 ● 営業部 河口 祐一郎
あけましておめでとうございます。本年もどうぞ宜しくお願い申し上げます。

私は、今年は年明け早々風邪を引いてしまい寝込んでしまいました。新しい年を迎えて、あまり良いスタートとなりませんでしたので、今年是一年を通して健康に注意して過ごしたいと思えます。

今冬は例年に比べ暖かい日が続いており、富士山にもあまり雪が積もっていないように見えます。しかし、暖かい日はそれほど続かず、これから本格的に寒く冬らしくなってくると思います。皆様におかれましても寒暖差に注意し、お体には気を付けて頂きたいと思えます。

昨年我が家では1月末に初めての子供が生まれ、新しい家族が増えました。日々の子供の成長を見ていると自分も頑張らなければと思い、過ごした1年でした。

また、今年は申年ということで、“申”の隣に“ニベン”を入れると“伸”という字になり、物事が進歩進展し、成熟していく年と聞いたことがありますので、仕事面においては、資格取得等何か新しいことに挑戦し、今後の仕事に結び付けられたらと思えます。



本レターのご提供に付きまして、ご不要・ご迷惑という方に付きましては、その旨ご一報頂きたいと思えます。次回からの発送を中止させて頂きます。

・ 株式会社チキリ

静岡県駿東郡清水町卸団地 73

Tel 055-971-9610 Fax 055-973-1534

E-mail gen@chikiri.com URL http://www.chikiri.com/

なんだ・かんだ

◆ スコッチウイスキー ◆

昨年NHKの朝の連ドラで、ニッカウイスキーの創業者竹鶴政孝をモデルに「マッサン」という番組がありました。この番組はかなりの視聴率を稼いで、その影響でニッカの「竹鶴」が品切れになるほど売れ、酒類でのウイスキーの地位が上がりました。

私が初めて飲んだウイスキーはサントリーの「ダルマ」。父親の飲んでいるお酒を盗み飲みしたのが最初だったと思います。それから、大学の時に新宿の「じゃがいも」という飲み屋（今で言う居酒屋）に「ホワイト」をボトルキープしてしたのを覚えています。ボトルをキープしてちよっぴり大人になったような気分になったものです。

その後大学4年の頃だと思うのですが、バーボンを炭酸で割って飲むいわゆるハイボールが一時流行った時から「オールドグランドット」というバーボンを今に至るまで30年以上愛飲していました。味の違いはわかりませんが、ジャックダニエルよりも安価で、ボトルがオレンジ色で綺麗だったこと、また余りメジャーではないので、お店で「グランドットを炭酸で」と言うのがちょっとカッコイイかなと思って、バーやスナックでは、いつもこのバーボンを飲んでいました。

それが昨年、スコットランドのスカイ島にある「タリスカー」というとてもスモーキーなシングルモルトのスコッチウイスキーを友人から頂いて飲んでからハマってしまいました。

ウイスキーの製造工程の最初に、原料の大麦を発芽させ麦芽となったものを乾燥させて発芽を止める工程があります。この乾燥のために使う燃料はガスや重油、炭が主で、ピート（泥炭）も用いられます。ピートを燃料として使用すると「スモーキーフレーバー」と呼ばれる「煙臭」が麦芽に染み込んでその後の製造工程でも失われることはなく、スコッチウイスキーを特徴づける香りの一つとなるそうです。

スモーキーフレーバーの風味はピートが掘り出された場所やピートを焚く時間の長さなどによって異なるということで、醸造所によって違ってきます。ヨードチンキのような風味（香り）で、かなり癖のある味です。

日本でメジャーなスコッチウイスキーのパラントインやシーバズリーガルやオールドパーなどにはこの異様な風味はあまり感じません。臭すぎて一般受けしないのでしょう。

最初に飲んだのは、スカイ島のスコッチでしたが、このピートの効いたシングルモルトのスコッチは「アイラ島」というスコットランドの東にある人口3000人ほどの小さな島で製造されるものが有名で、8つの蒸留所があり、島のメインの産業となっています。それぞれの醸造所からいくつかの銘柄が出されていて、ここ最近私はこのアイラ島のスコッチの中から選んでネット通販で購入して飲んでいました。

私はいつもロックで飲んでいるのですが、本場のスコットランドのバブでは、氷で冷やすと香りが死んでしまうので、ストレートで飲む。濃い場合は水で薄めて飲むのが正なんだろうと思います。

美味しくついつい飲んでしまうのですが、ウイスキーですからアルコール度数は40～50°あるので結構効きます。健康に注意して飲みすぎないようにしながら、この癖のあるスコッチウイスキーを楽しんで行こうと思っています。



■ アスファルト補修材 ■

自社の敷地内のアスファルト舗装が、経年劣化でひび割れが目立ってきたり、一部穴が開いて下の砂利が出てしまっていて困っているというような事はありませんか。一度このような状態になると、劣化してきた場所からどんどんアスファルトがめくれたりして劣化が急激に広がります。治したいけれど、全部を治すには費用がかさみます。そこで、バンドエイド（救急絆創膏）の様に、悪くなった場所だけに上からアスファルトのシートを貼って安価に延命をすることができます。

詳細は当社営業マンにお尋ねください。

受験シーズン

2月も末になり大分暖かくなって参りました。河津桜も満開に咲き誇り多くの観光客が伊豆に訪れています。この時期、下田の担当者には言わせると、10台中9台が県外の車で大渋滞していて、地元の車も逃げ道もなく渋滞にはまっています。

さて、2月3月は受験シーズンでもあります。悲喜こももこも、本人も大変ですが、昨今では親御さんも「緒になってこのシーズンを戦っているよ」うです。私事ですが、私の下の子どもも高校3年の受験生で、なんとか推薦が決まりました。これで「安心です。長男は今年就活で来年には社会へ旅立ちます。二人とも少しづつ親から離れていきます。子供の成長は嬉しいやら悲しいやら複雑な気持ちです。

そして、この成長と同時に入学金やら授業料、そして下宿をすれば家賃や生活費と出費が増えます。使う人がいる限り、稼ぐ人であるお父さんは頑張らなければなりません。私もあと4年は頑張らなければ。

世の中ではまだまだ受験シーズン真只中、皆様のお子さんの中にも受験生がいっぱいいらっしゃると思います。インフルエンザも流行っています。体調管理だけは万全に。

代表取締役 服部敬一郎

社員ブログ

●千里の馬は常に有れども伯楽は常にはあらず●

営業部 周凱翔

「千里の馬は常に有れども伯楽は常にはあらず」と言う本があります。著者は韓愈（かんゆ）・雑説・四首・其四です。

最近、私は韓愈の雑説の本を読んで、人と人の奥深さを知りましたので、その中一部を紹介いたします。

【内容】：世間に馬の良し悪しをよく見抜く人がいてこそ、千里も走る名馬というものがありうるのである。名馬はいつでもいるけれど、それを見抜く人はいつもいるとは限らない。だから、たとえ名馬がいたとしても、見抜く人がいなければ、ただ下働きの者にこき使われ、飼料の間に首を並べて死んでしまっただけで、千里も走る名馬とはいわれぬままに終わってしまう。世の中には本当に名馬がいらないのか、それとも世の人が名馬を見分けられないのか。

【意味】：いかに才能のある者も、それを認めてくれる人がいなければ、力を発揮できない。「千里の馬」は、一日に千里も走ることのできる名馬。「伯楽」は、元々星の名で、天上で馬の世話をするのが役目であった。転じて馬の素養を見分ける人をいうようになった。

【まとめ】自分に合う仕事が見つければ、どんな苦しくても、最大限頑張る。



本レターのご提供に付きまして、ご不要・ご迷惑という方に付きましては、その旨ご一報頂きたいと思っております。次回からの発送を中止させていただきます。

・ 株式会社チキリ

静岡県駿東郡清水町卸団地 73

Tel 055-971-9610 Fax 055-973-1534

E-mail gen@chikiri.com URL http://www.chikiri.com/

なんだ・かんだ

◆ 世界で一番優しい会議の教科書 ◆ 榊巻亮 日経BP社

この本は、ベストセラーになった「もし高校野球の女子マネージャーがドラッカーの『マネジメント』を読んだら」と同じ様な小説仕立てで、時間ばかりかかっても何も決まらない「グダグダ会議」の改善手法を、分かりやすく解説している本で、面白おもしろく読み進めることができます。

一生で会議に費やす時間は、入社10年目まで3回/週2時間ずつ、~20年目まで5回/週2時間ずつ、~30年目まで5回/週8時間ずつで、合計すると約「3万時間」だと筆者は書いています。ここまで行かなくとも、入社から30年間1回/週、2時間ずつ50週で、3千時間。これを8時間で割ると375日分。丸々1年分となります。この貴重な時間を有意義な時間にしなければならないと言うのがこの本の趣旨です。

本では、葵という入社2年目の女子社員が、コンサルタントの父から会議の進行役である「ファシリテーター」の基礎を学んで、会社の会議を改善していくというストーリーになっています。ファシリテーターとは、会議やミーティングなどにおいて議事進行を務める人のことで、中立な立場を守り、段取り・進行・プログラムを鑑みながら参加者の心の動きや状況を見つ、議事を進行し、問題の解決や合意の形成に導く役割をする人のことです。

ファシリテーターのテクニックとして、最初に、①「決まったこと」「やるべき事」を確認する。②会議の終了条件を確認する。③議題毎の時間配分を確認する。この3点をすべきであると言っています。当社でも普段①はやっているの、とりあえず、②について実際の会議で実行してみました。とかく議論が脱線してしまう会議も、会議の始めに「どういう状態になったら会議を終了するのか」要するに何が決まれば良いのか、この会議の参加者全員が認識した上で会議を進めていけば、意外と議論が脱線しそうなしても元の筋に戻すことが出来ました。

その後は、とかく参加者が好き勝手に意見を述べかみ合わなくなってしまう会議を、出た意見を整理しながら目の前にあるホワイトボードに書くことにより意見の散逸を防ぎ会議の「見える化」をするという一歩進んだファシリテーションに進みます。(当社では出来ませんでした)

更に会議の進行方法や準備についてより高度なテクニックに話が進みますが、取りあえず、ホワイトボードに会議の進行をまとめることが出来る所まで来れば、普通の会議は格段に良くなると思えました。

筆者が言うには、日本の会議は一向によくならないのは、

①「会議のお手本を見る機会がない」 誰も会議の仕方を知らない。会社設立以来、課長や部長も我流で会議をやってきた。誰にも教わった事がないのだから当然である。良い会議がどんなものか見たこともないのに、想像だけで変えるのなんて普通無理だ。

②「会議の“変え方”を教えてくれる人がいない」 何から手をつけ、何から変えていけばいいのか、当然誰も教えてくれない。従って会議は変わりようもない。

逆に「会議は、「やり方」と「変え方」を知れば確実に変えられる」と筆者は言います。しかし、回りに教えられる人は居ません。ご興味のある方はとりあえずこの本を読んで自社の会議に取り入れてみてはいかがでしょうか。



■ 中小企業等の省エネ・生産性革命投資促進事業 ■

- 1月にご案内した補助金の詳細がはっきりしたのでご案内いたします。
 - ・高効率照明・高効率空調・産業ヒートポンプ等の設備が補助対象
 - ・補助率：1/3 ・補助対象事業：更新のみ 補助対象経費：設備費のみ
 - ・予算：442億円(1次公募：約309億円、2次公募約133億円)
 - ・省エネ効果の新旧比較資料を提出が必要
 - ・公募期間(1次公募)：2016年3月22日(火)~4月22日(金)
 - (2次公募)：未定(1次公募採択発表後に開始)
- ※平成26年度補正予算のA類型のような先着順の採択ではなく、一定期間内に受付した申請について総合的に評価して採択される。

新年度スタート

今年はずっとも温度差のあるはつきりした三寒四温をくり返し、春が巡ってきました。もうダウンは仕舞っても良いかなと思えば、暑くなったり、そうかと思えば、ヒートテックを着ているがために、暑くても脱げない汗が出て仕方ない日があったりと、着るものには大変迷わされました。

寒さに弱い私としては春の暖かさは救いなのですが、数年前からの時期花粉症に悩まされるようになってきており、その症状も少しずつですが悪くなっています。特に今年は「目」にきています。私は重度の近眼でコンタクトをしていて、かゆみを抑制する目薬をさすことができないので、「巨かゆくなるとうたまりません。よく花粉症の大先輩の妻が「目を取り出して洗いたい」と言っていました。今では気持ち良くなりかわります。気分はかなりブルーです。

しかし、今週から新しい年度が始まります。桜が咲き誇り、花粉の飛び交う中、今年も「先が見えない年」で不安がいっぱいですが、気分も新たに希望を持ってスタートを切りたいと思います。どうぞ宜しくお願い致します。

代表取締役 服部 敏郎

社員ブログ

●身に沁みてきた言葉●

総務部 服部素子

「子供叱るな 来た道じゃ 年寄笑うな 行く道じゃ」以前からよく聞いている言葉でしたが、今は身に沁みるように感じます。

最近、沢山のお年寄りと接する機会がありましたので特に痛感しています。おぎやと生まれ一生を終えるまでの人生で、一人一人がどの時点で今生の役目を終えるかが違いますので、すべての人に当てはまるわけではありませんが、実際、自分自身も子供の時は 社会のルールも何も訳が分からず、大人の言うことやることを見ながら それが自分の常識として身につけていきます。そんなままさらな状態からの現在があり、そしてその先には老いが待っています。

簡単に言えば、回りにいる子供たちを見て、自分もそんな時代があったでしょ？だからなんでそんな事も解らない？出来ないの？なんて無闇に叱られたくなかったでしょ？と自分に問う。

そしてお年寄りを見て自分もこうなるんだよ、そんなことも出来ないの？なんて言えないよね？笑えないよね？と自分を諭す。

知識も経験も積み 体も思う様に動く自分自身を基準に考えるため、時に過去と未来を忘れ傲慢な態度を取りがちですが、相手の立場に立ち、自分もこうだった、自分も今にこうなると思えば、優しい心と目で接する余裕が出るのかもしれない。



本レターのご提供に付きまして、ご不要・ご迷惑という方に付きましては、その旨ご一報頂きたいと思っております。次回からの発送を中止させていただきます。

株式会社チキリ
静岡県駿東郡清水町卸団地 73
Tel 055-971-9610 Fax 055-973-1534
E-mail gen@chikiri.com URL http://www.chikiri.com/

なんだ・かんだ

◆ AI (人工知能) ◆

米グーグルが開発した囲碁AI「AlphaGo (アルファ碁)」と、プロ棋士イ・セドル氏が今年3月に韓国で対戦し4勝1敗でAlphaGoが圧勝しました。この対戦では、ディープラーニング(深層学習による機械学習)で学習したAIが搭載されました。

ディープラーニングは、従来のコンピュータの様にすべてのデータを入力しなければ答えを出すことができないのではなく、ざっくりぼんやりしたデータを分類し入力しておけば特徴を学習し、入力していないデータも過去に学習したデータから類推し認識することが出来る学習方法のことです。(少し間違っているかもしれませんが)

この囲碁の対戦では、ディープラーニングの強みに加えて、実社会に応用する上での二つの弱点が露呈されました。

一つは、AIが明らかに誤りと思える判断をした場合にも、その原因の解析が極めて困難であること。イ・セドル氏が勝利した第四局で、AlphaGoは明らかに悪手を繰り返した後に敗北しましたが、その原因は開発者にも分からなかったそうです。

もう一つは、結果的に正しい判断であっても、人間にはまったく理解できない行動を取る場合があること。AlphaGoが勝利した第二局では、プロ棋士の解説者は「なぜAlphaGoの奇妙な打ち手が勝利につながったのか、理解できない」といった言葉を繰り返しました。

この点は、AIと人間が共存する環境、あるいはAIの判断が人間の生死に関わるような用途では、大きな問題となるということです。例えば、自動運転車のAIが、周囲の人間には理解しがたい運転を繰り返すようでは、人間の運転ミスを誘発しかねません。

いずれにしろ、今はいろいろな課題があっても、近い将来はこの自ら判断することが出来るAIロボットが我々の実生活に入り込んでくることは間違いありません。これまでも、製造のラインにおいて、ロボットが肉体労働者を職場から追い出し、オフィスのIT化でホワイトカラーの仕事が減りました。今度は、AI化によって判断を伴う高度な管理業務からも人を追い出すことになるかもしれません。

そして、既にAIを使って判断を伴う業務が行われようとしています。日立製作所では、経営会議の議題を入力すると、過去の新聞記事や社内データベースを分析して課題の判断材料を提示するシステムを開発していて、10社以上から問い合わせがあるといいます。NTTコミュニケーションでもウィルスをまき散らすサイトを、蓄積したデータから99.5%の精度で検知するシステムを稼働しています。

名経営者で知られた元オリックスCEO宮内義彦氏は、「日頃の業務はAIの社長兼最高執行責任者COOに任せ、人は最高経営責任者CEOとして最終決断を下すという経営の形が出てくるかもしれない。」と語っています。将来は我々人間がロボットの上司に使われることになるかもしれません。

小さい頃テレビや映画で見た人間がコンピュータに支配される世の中がこなければよいと思います。オバマ大統領の広島でのスピーチの様に「技術の進歩には道徳の進歩が伴うべき」だと思います。



今年の夏は猛暑

5月は北海道で30℃を超える猛暑日を記録するような日がありました。二、静岡では例年に比べ朝晩比較的涼しくて過ごしやすいい日が続きましたが、20日を過ぎた頃から少しずつですが蒸し暑くなってきました。気象庁では、今年も猛暑になると予想しています。夏は暑く冬は寒い方が、身体にも経済にもよいとは思っています。ほどの暑さ寒さであってほしいと思います。

さて、5月に入り新聞各紙で、前期の上場企業の決算発表が掲載されました。今年の3月末、16年度決算では、多くの企業がすばらしい成績を残しましたが、同時発表された17年度の予想決算ではほとんどの企業が前年度比マイナスの予想を立てています。

日銀のマイナス金利政策もかわらず、円安に誘導できず、円高株安に陥ったまま、輸出企業の収益を圧迫していること。中国などの新興国の経済の失速もその原因といわれています。

当社では、前期は何とか黒字に収まりましたが、4月から2ヶ月が経とうとしている今期は、厳しいスタートとなっています。気温の上昇と共に売上も上昇するようにしたいものです。

代表取締役 服部 敏 郎

社員ブログ

● 災害 ● 建設部 酒寄 通保

先月の14日に発生した熊本地震では、マグニチュード7級の揺れが連続で襲うという前例のない地震が発生し、大規模な土砂崩れにより多くの人命が失われました。

私ごとですが、この地震の報道を聞いた時、中学の同級生が宮崎に住んでいたので直ぐにメールによる安否確認をしました。別の知人は、損害保険会社に勤めていて、地震による被害に対する損害査定のため応援に駆り出され熊本に派遣されるなど、私の身近なところでもこの地震による間接的な影響があり、違った意味でも実感しています。

また、他県では、落石により死亡事故が起きたりと法面に関する災害が、後を絶ちません。改めて常日頃からの心構えが大切だと改めて感じます。

弊社では静岡県と法面に関して災害協定を結んでおり、災害が発生した場合には、県の要請に基づいて迅速な対応を取り、微力ながら協力ができればと考えております。

尚、現在県のホームページで、静岡県内の地質調査結果が公表されています。皆さんも自宅がどのくらいの地盤の上にあるのか確認しておくのも必要かと思えます。

取り留めもなく書きましたが、明日は我が身です。防災について考えましょう。



■ クールビズ ■

気象庁では、今年6～8月は蒸し暑く、猛暑の予想を出しています。当社は、6月1日から10月末日までの5カ月間、クールビズとさせていただきます。宜しくご理解のほどお願いいたします。

クールビズが定着してかなり経ちますが、最近では夏冬暑さ寒さに関係なくノーネクタイの方が増えているように感じます。身だしなみという点では人に不快感を与えないようにすれば良いとは思っていますが、どこか会社のあらゆる規律が乱れてしまう「蟻の一穴」になるような気がします。そんな堅苦しいことを考えるのは私だけでしょうか。

本レターのご提供に付きまして、ご不要・ご迷惑という方に付きましては、その旨ご一報頂きたいと思えます。次回からの発送を中止させていただきます。

・ 株式会社チキリ
静岡県駿東郡清水町卸団地 73
Tel 055-971-9610 Fax 055-973-1534
E-mail gen@chikiri.com URL http://www.chikiri.com/

なんだ・かんだ

◆ サルコペニア肥満 ◆

サルコペニア肥満というのをご存知でしょうか？聞き慣れない言葉ですが、筋肉が減少するのと脂肪が増え肥満になると両方をあわせもつ身体的な状態の事を言います。ラテン語でサルコは筋肉、ペニアは減少。サルコペニアとは加齢による筋肉の減少のことで、つまりサルコペニア状態の肥満ということです。

サルコペニア肥満は、メタボよりも生活習慣病のリスクが高いと言われ、糖尿病のリスクは1.9倍。女性は高血圧のリスクが2.3倍ということです。その他脳卒中や心疾患のリスクも増大します。

OBMI (体重÷(身長)²) が2.5以上。

○筋肉率 ((体重-(体重×体脂肪率))÷2) ÷体重が2.2%未満。この2つに当てはまるとサルコペニア肥満の可能性が大きくなります。

家に体脂肪計がない方は、以下の症状が出てきたらサルコペニア肥満の疑いがあります。

○片足立ちでくつ下が履けない。○階段を上がるときつらい。○特に運動をしていないが20代と体重が変わらない。○つま先立ちで歩けない。○歩く速度が遅くなった。○片足立ちを60秒続けられない。等

サルコペニア肥満は、体型や体重に現われにくいという特徴があります。たとえBMIが標準値であっても、筋肉だった部分が脂肪に入れ替わってしまっている状態で余り体重の変化がみられない場合があります。そのため、発見が遅れがちで、これに気がつかないまま進行すると、生活習慣病のリスクを高めることとなります。

また、調査によると、男女とも60代でサルコペニア肥満が増え始め、70代以上になると約3割が該当したそうです。しかし、サルコペニア肥満は高齢者だけが注意すれば良い問題ではなく、若い人たちの間でも予備軍が見られ、基本的に、運動不足で必要以上の食事を摂る人なら、サルコペニア肥満になる可能性がありますし、過度な食事制限を伴うダイエットは、脂肪の減少よりも筋肉の減少の方が多く、将来のサルコペニア肥満につながります。

ではどうすれば予防できるのか。加齢が主な原因のサルコペニア肥満ですが、適度な栄養と適度な運動をすることでその進行を軽減することができます。食事は必要な栄養素を摂り、カロリーオーバーにならないよう制限をします。脂質や糖質を控え、良質なたんぱく質、ビタミン類も積極的に摂取します。過度なダイエットや食事制限は禁物。運動は、筋肉を補う筋トレと脂肪を燃焼する有酸素運動を心がける。筋肉が減少するのは、主に下肢で起こるそうなので、スクワット、もも上げ、つま先立ち等のトレーニングが有効だそうです。

適度な栄養と適度な運動。新陳代謝が悪くなった中年以上の方で肥満が気になり出した方や生活習慣病に掛かってしまった方、予備軍の方等、皆に当てはまる対策ですね。いつまでも若くない。腹八分目で、規則正しい生活が一番ということです。

ちなみに私は、BMI 19.2、筋肉率40.5%でセーフでした。ただ、私は足が悪いのでつい運動不足になってしまいます。朝は歩いて、夜はエアバイクを漕ぐことを日課と決めています。ついつい面倒でサボりがちです。楽しい人生は健康が基本です。でも気にし過ぎも楽しくないかな



■ 省エネ・生産性革命投資促進事業 終了 ■

3月にご案内した補助金ですが、1次公募が4月に終わりに、2次公募が6月の初旬に終了しました。当社でも第1次の公募に応募し昨日補助金の決定通知がありました。昨年ありました、平成26年度補正予算のA類型のような先着順の採択ではありませんでしたので、当社の回りで申請した企業はほぼ交付されるようです。

照明・空調・ボイラ等省エネに繋がる設備が補助対象で、工事費を除く機器にかかる金額について、1/3が補助されます。1事業者当たりの上限の補助額が1億円というものだったのでとても良い補助金だったと思います。今後もこの様な補助金があればご紹介して参ります。

梅雨入り後

梅雨入りした後、曇りや小雨の降る日は多くありましたが、本格的な雨が降ることがあまりなく関東では水瓶が干上がり、取水制限が出される様な状態でしたが、先週から西日本を中心に大雨が降り、九州では甚大な被害が出ています。地震に続き自然災害が続く熊本にお住まいの方には同情の念を禁じ得ません。

そんな中で、イギリスがEUを離脱するという国民投票が成立する事態が起こりました。円は急騰し一時100円を切り、株は何と1286円も下げてしまいました。期せずして安倍首相がサミットで世界経済のリスク不安から消費税増税を延期する発言をしましたが、結果的に消費税の先送りは正解だったのかもしれない。

当社の様な地方の中小企業にこの影響がどの様な形でおよぶのか分かりませんが、今後の動向によりはりますが、日本の主要輸出企業では、円高により収益が圧迫されその余波が中小企業へと呼ぶことが考えられます。8年前のリーマンショックの時は、3年間厳しい状況が続きましたが、あの様な状況に陥らないことを祈るばかりです。

代表取締役 服部 敏郎

社員ブログ

● What a Wonderful Word ● 建設部 大高茂紀
ペナントレースが始まり71試合目。今年度の我が広島カーブは独走状態の首位にいます。これまでマエケンがいなくなった事をいいことに、シリーズが始まる前の評論家たちのカーブ順位予想評価が低かったこと・・・。唯一、元広島捕手 達川氏だけがカーブ優勝をあげていた。その通りだよ達チャン。鬼門だった交流戦も勝ち越しとなり、5番バッテリーになってきた誠也君の3戦連続逆転ホームラン！まさに神ってる。リーグ優勝が早くも見えてきたのではないかと感じて仕方がない。なにせここまで長かった。

最近、「この素晴らしき世界 (What a Wonderful Word)」 by ルイ・アームストロングが流れた映画「グッドモーニング、ベトナム」を思い出します。どんな高いモチベーションで任務に就いた兵士でも終わりの見えない混沌とした毎日、やりきれない気持ちになっていたところに流れる「What a Wonderful Word」とても印象に残っています。25年間優勝から遠ざかり、鬱積とした気持ちのカーブファンは私だけではないはず。しかしながら今年は、「素晴らしき世界」になってきました。

去年は波に乗れなかったカーブもここまで良い戦いが出来てます。そんなこんなで全試合数の半分に差し掛かってきました (全143試合)。このまま、突っ切ってもらい「グッドモーニング 広島！」となってもらいたい所です。



本レターのご提供に付きまして、ご不要・ご迷惑という方に付きましては、その旨ご一報頂きたいと思っております。次回からの発送を中止させて頂きます。

・ 株式会社チキリ

静岡県駿東郡清水町卸団地 73

Tel 055-971-9610 Fax 055-973-1534

E-mail gen@chikiri.com URL http://www.chikiri.com/

なんだ・かんだ

◆ 医療の進歩 ◆

先日よく知る知人が、30年来病んでいた病気が完治したと大変喜んで話をしてくれました。医療の進歩はすばらしいものです。

彼は、大学卒業後直ぐに急性肝炎に罹り、数ヶ月入院後結局完治せず慢性肝炎に移行してしまいました。それも大変治癒率が低く発症後30年ほどで肝硬変そして肝癌へと移行する確率が高いC型肝炎でした。

特別な治療をするわけでもなく、20年ほど経った頃、治癒率6~70%位のインターフェロンという薬を注射で打つ当時画期的な治療が開発されこの薬を投与しました。最初劇的にウイルス量が減ってこれは治るかなと期待しましたが、結局はウイルスは完全に無くならず失敗。この時同じ病院で同じ治療をしている知人が二人いて、二人ともこの治療で完治して、彼だけ置き去りになってしまったそうです。

主治医から、GOT・GPTという肝臓の検査の数値は自動車のスピードメータだと思って、出来るだけ値を低く保ち(スピードを緩め)ゴールの肝臓癌になるのを少しでも遅らせるように!これから良い薬が出るから、それまで出来るだけ肝臓を大切に待ちましょう。と励しの言葉?を受けたそうです。

それから数年後、今度は治癒率90%という、飲み薬だけでほとんど副作用のない治療薬が出たのでこれにもトライ!薬を飲んで直ぐにウイルスは未検出となり、これはやったなと思って喜んでいたら、規定の薬を飲み終えた後の最後の検査でウイルスが又検出され、またもやアウト!これには大変落胆したそうです。

すでに、慢性肝炎になり30年が経過しようとしていました。元々肝臓自体は強かった様で、肝臓自体はまだまだ元気でしたが、血小板の値も少しずつ減少していたので、不安で一杯になったそうです。

2回目の治療がダメだったと分かったその日、主治医の先生が、来年の9月にもっと良い薬が出るからそれに期待しましょう。貴方のタイプはこの次の薬が効くかもしれません。と言う言葉でくじけかけていた心を何とか奮い立たせ、次会へ希望をつないだそうです。

そして、昨年の秋から「ハーボニー」という薬の治療を始めました。朝晩2種類の薬を飲むだけですが、絶対に飲み忘れがない様にと最初に注意を受けていたのに、数週間後薬の数を調べるとどうしてもあるべき数よりも1個多い。と言う事はどこかで飲み忘れていたわけですね。次の診察まで不安で一杯でしたが、「1回ぐらい大丈夫だよ」と主治医に言われてホッとしたそうです。この薬の治癒率はほぼ100%のようで、先日薬を飲み終えて最後の検査があり、ウイルスは未検出!主治医から「一応完治だよ。でも半年に1回は検査してね。」と言われ、遂にC型肝炎を克服したのです。長い道のりでしたが、ギリギリセーフでした。

また、別の知人は膀胱癌のステージIVを告知されながら、抗癌剤治療で癌が消滅し遂に一度退職した会社に復職したと言う人もいます。

最近医療の進歩はめざましく、IPS細胞など再生医療も現実のものになってきています。その分医療費が高騰し国の財政を圧迫しているようです。彼の場合も最後の治療は大変薬が高額で高額療養費の対象だったようですが、命には替えられません。

30年前は治療する薬もなく不治の病だったのが、治癒率100%の薬が出来るなんて、医療の進歩はすごいですね!



■ 夏期休暇のお知らせ ■

今年の夏期休暇：8月11日(木)から8月16日(火)まで6日間を夏期休暇とさせていただきます。

今年は、各メーカー様は8月6日から21日の間でお休みとされる会社が多いと思われます。お客様の生産に支障を来さぬように対応していくつもりですが、万一の場合もございますので、直接生産に関わる製品につきましては、生産計画をご確認の上、弊社担当とお話していただきまして、メーカー及び当社の休暇中の製品供給の確認をしていただきたいと思います。

ご迷惑をお掛けいたしますが、何卒よろしくお願い申し上げます。

梅雨入り後

7月半ばを過ぎ梅雨明けが宣言されたころから、朝晩めっきり涼しくなり寒いくらいの陽気が続きました。私の寝室は3階で夜寝る時は窓を開け放しているのですが、この寒さでのをやられてしまい、現在少し風邪がみえます。夏風邪は馬鹿が引くとよく言いますが、これは、冬に引いた風邪に気づかず夏になって気がつくほど鈍感だと言う事らしいです。

さて、7月は参院選挙があり、18歳の次男と共に家族4人で期日前投票へ出かけて投票をして参りました。10代での初選挙、誰に、どの党に投票したのか分かりませんが、自分なりに事前に新聞などをチェックして調べていたようです。

時の経つのは早いもので、あんなに小さかった子供が、ヒゲまで生えて一緒に選挙に行くなんて想像もしていませんでした。

いつかはそうなるかと分かっていても、なかなか変化に対する準備ができないまま、その日を迎えてしまいます。仕事上のことでも「アーニッ」と分かっていったのに、「と後悔することが良くあります。将来はしっかりと見据えなければなりません。」

代表取締役 服部 敬一郎

社員ブログ

● 八年経 日本生活 ● 営業部 周凱翔

日本語が全く分からない中日本に留学し、気がついたら日本での生活も八年目になっていました。多くの物を見て、都市の賑わいに触れ、美しい自然の風景を味わい、自分の目で耳で心で日本を感じながらの生活はとても充実した時間でした。

私が見た日本の最も印象的だった点は、清掃している人も見かけないのに、路上にゴミ箱もなく通りは清潔な点です。

また、日本の文化についても深く感じました。例えば、日本の無口なコミュニケーションに慣れるのは簡単ではありません。中国人にとって感じたことや、経験を直接表現することは自然で大切です。反対に日本人は遠慮しているし、簡単に気持ちを表しません。私のほんの一言で誤解したり、傷つけたりしてしまうので自分の気持ちを表す時、大変注意していますが、時々中国人の素の態度が出てしまいます。この大きな文化の違いを打開するにはお互いに時間がかかると思います。

社会人になり日本人は世界一の働き者だと思いました。日本人は仕事の為一生働いています。私は仕事が人生の全部ではなく、人生を束縛するものではないと思っています。もちろん、仕事大切なことは否定しません。私たちは生活の為に仕事をしますが、仕事の為に生活するのではないと思っています。これもまた文化の違い、人生観の違いでしょう。

私の日本での経験は、私自身をもっとよい人間に変えて行くだと信じています。また、日本に来たことが正しかったと分かりました。

将来帰国したら、私の体験した日本について、周りの中国人達に伝えるよう努力するつもりです。



本レターのご提供に付きまして、ご不要・ご迷惑という方に付きましては、その旨ご一報頂きたいと思っております。次回からの発送を中止させていただきます。

株式会社チキリ

静岡県駿東郡清水町卸団地 73

Tel 055-971-9610 Fax 055-973-1534

E-mail gen@chikiri.com URL http://www.chikiri.com/

なんだ・かんだ

◆ ミレニアル世代 ◆

物心付く頃からコンピューターやインターネットに触れ、使いこなす『デジタル・ネイティブ』世代。スマートフォンを介した情報収集はお手の物。SNS(交流サイト)を通じたつながりを大切に。幼少期や就職前に金融危機を経験し、資産価格の下落や経済の落ち込みを見てきた10代後半から30代前半の世代を言い、当初米国で生まれた言葉のようですが、世界各地で共通の特徴を持った世代が存在し、日本では「欲」に乏しい「さとり世代」がその中心の世代に当たるようです。

日本・中国・東南アジアの8カ国で行ったある調査で、将来の具体的な貯蓄額の目標を立てている人は、ミレニアル世代で60%に達し、30歳後半以降の世代よりも4割ほど上回り、お金はさほど使わず、資産の4割は現預金として残すという結果が出ているそうです。経済の成長期である中国や東南アジアですら、必需品以外の消費には消極的という結果からは、「草食化」したミレニアル世代の傾向が現れています。

車は買わずに、スマホにお金を使う。私たち世代から見れば不便かと思うのですが、そんな事は苦にせず、やはりスマホを使って車のライドシェアをする。着るものまでネットで自分お好みを登録しておく毎月数着の服を送ってくる月額制のレンタル衣料のシェアサイトを利用する。この世界に広がるシェアサービスの使い手の主役はやはりミレニアル世代です。

ミレニアル世代の消費の特徴として、「所有せずに、利用したい時だけ利用する」ことや「納得したものに対して消費行動をとる」そして、「いいね!」と言うオススメの言葉を重視します。SNSなどに精通しているので、消費行動において体験までも「シェア」することも特徴として挙げられています。

先日の日経新聞にも、アパレルの小売業界に於いて大量閉店が続いているとの記事が掲載されていました。特に百貨店の衣料品販売額は減少傾向にあり、その分専門店やネット通販での売上が伸びているということです。高度成長期のような「おしゃれ」にはこだわらない消費者が増え、自動車や家電や衣料等の所有(モノの消費)ではなく、レジャーやサービス等の「体験」「学び」「思い出」に対価を支払う消費スタイル、いわゆる「コト消費」が、モノが行き渡った先進国で広がっているそうです。そしてこの中心にいるのもミレニアル世代とその親です。

私の子供がやはりこの世代に当たります。小さい頃から何でもある環境に育ち、誕生日に「何が欲しい?」と聞いても「別にー。特にないな。」という回答。どうしてもこれが欲しいという「欲」に乏しい子供でした。特に今年就職の長男は、大学に入り生活費としてお小遣いを与えても、お弁当を持って行ったりと節約生活を送り、ほとんどお小遣いには手を付けずに貯蓄をして、貯まったお金で年に数回学校の仲間とチープな旅行に出かけるのに唯一お金を使います。もちろんSNSは使いこなしています。まさにこの世代の特徴を顕著に有しています。

消費を抑える意識が強いこの世代は、10年後には世界の労働人口の7割以上を占めるという試算もあります。この世代の消費動向を見極めるのは非常に難しいと言われていますが、大変大きな消費層となるので、今後この世代の財布の紐をどう緩ませるかが企業の浮沈の鍵となります。



■ 年金セミナー ■

一般社団法人静岡県年金福祉協会という厚生労働大臣の許可を受けて年金制度をはじめとする社会保障制度の普及啓発に当たっている非営利の財団法人があります。毎月県内各市で市民対象の「年金セミナー」を開催しているのですが、各事業所で年金制度に関するセミナーや研修会を実施する場合は、無料で講師を派遣してくれます。

当社でもこのセミナーを社内で実施し社員10名程が参加しました。複雑な年金制度を基礎から分かりやすく説明して頂き、定期的に送られてくる「ねんきん定期便」の内容も理解出来るようになり、間近に迫った老後の不安が少しだけ和らぎました。お勧めです。

夏休み

今年の8月は、本当に暑い日が続きました。うだるような暑さと言う表現がまさにぴったりな暑さでした。私はエアコンを付けて寝るのが嫌いなので、扇風機だけで窓を開けて寝るのですが、タイマーが切れ、夜中に暑くて目が覚めると汗ぐっしょり。その後なかなか眠れず睡眠不足の毎日ですが、この暑さも睡眠不足もまだまだ続きそうです。

この暑さの中で、京都・奈良へ行ってきました。いくつかお寺を回りましたが、ほとんどのお寺のお堂の中はエアコンが効いていないので、下着まで汗びっしょりで参拝してきました。ただ貴船の床での昼食だけは、清流の上で大変涼しくて気持ちよかったです。また、泊まった所が、鴨川ほとりの100年以上も前の町屋を数ヶ月前にリフォームした「棟貸し」の建物で、古都の雰囲気を感じる事が出来、食事こそ付きませんが、アメニティは充実していて、ビジネスホテル並みの料金で、とても贅沢な気分を味わうことが出来ました。

普段離れて暮らしている子供も一緒に久しぶりに家族4人での旅行で精神的にリフレッシュして英気を養い、夏休み後の仕事も頑張る取り組むことが出来ます。

代表取締役 服部敬一郎

社員ブログ

● 身体の中から整える ● 総務部 服部素子

知り合いの紹介で、2年ほど前からある整骨院に通っています。肩こりや腰痛が辛く、就寝中の腰痛は特にひどく寝返りを打つのも大変でした。通院し始めてすぐ肩こりはうそのように軽減されたのですが、10年来の就寝中の腰痛に効果が現れ始めたのは2~3ヶ月経過した頃でした。

それ迄毎日痛かった腰が痛みを感じない日が現れ、徐々に楽になっていったのでいつ治ったのかわからない状態で、半年ほど経過して気が付いたら就寝中の激痛が治っていたという感じです。

これには正直、この腰痛を治したか!という驚きがあります。体を整えてもらおうと内臓が楽になり代謝がよくなるので体も軽くなってきました。現在は、毎日の生活習慣による体の歪み等を二週間に一度のペースでメンテナンスしてもらっています。

私はこの技術は非常に素晴らしいと思いつつ悪い方に広くおススメしたいと思うのですが先生曰く皆が同じ様に効果を感じるかといったら10人に1人がこの施術に合えば良い位のもので、内臓疾患、体の歪み等どこが悪いかわからないので自分には合っていない、他の人にはどうかかわからないので押しつけられません。十人十色という事ですね。しかし、クチコミで結構混み合っているのでもやはり腕は確かだと思います。



本レターのご提供に付きまして、ご不要・ご迷惑という方に付きましては、その旨ご一報頂きたいと思っております。次回からの発送を中止させて頂きます。

株式会社チキリ

静岡県駿東郡清水町卸団地73

Tel 055-971-9610 Fax 055-973-1534

E-mail gen@chikiri.com URL http://www.chikiri.com/

なんだ・かんだ

◆ 人は誰もが「多重人格」 ◆

私の好きな作家である田坂広志氏が書いた、「人は誰もが多重人格」という本を先日読みました。

人間は色々な性格の人がいます。几帳面な性格、おおざっぱな性格、明るい性格・・・。また、ひとりの人間の中にも、さまざまな性格が入り交じっています。

そして、今は違っても、将来その性格が変わったり、今までにはなかった新たな一面が出てくることもあります。

いつも傍にいる人でも、「あいつも課長らしくなって来たな。」「すっかりお兄さんになったな。」「あいつも親らしくなったな」等その成長した姿や変化にふと気が付いたり、学校を卒業して久しぶりに会った友だちが、もの凄く変わっている。そんなことも良く経験することです。

そうこう考えると、人間は1つの固定した性格・人格だけを持っているのではなく、様々な面を内在しているし、また変化もしています。

人間は、色々な立場や環境に立つと、自然と順応してその場に合った性格を備えていきます。父親になれば嫌でも父親として行動しなければなりません。課長になれば、新入社員のようなことは言っていられませぬ。「立場が人を作る」ということです。

自分の性格が嫌いであれば変えたいという方も多いと思います。しかし、1度身についた人格や性格はなかなか変えることは難しいことです。なので、無理をして自分の性格を変えようとするのではなく、新たな人格・性格を自分の中に育てることが重要だそうです。

「私はそういう人間ではない」、「俺の性格ではこれは出来ない」とか「自己限定」してしまうと、自分の性格や人格の幅を狭めてしまい、結果として「能力」や「才能」の幅を狭めてしまいます。最初から決めつけずに、それまでやらなかったことや、初めて経験することに対してトライしていると、自然に出来なかったことができたり、能力が身に付くこともあります。

また、褒められることで興味を持って、今まで出来なかったことが出来ることもあります。上司が部下のそれまで見られなかった長所を見つけ、褒めてあげると、本人がそれに気づいて、増々その長所が伸びていることもあります。人間の性格・人格・能力はある部分後天的に形成されるということです。

新しい人格を得るためにはどうするか。それには、「様々な人生経験を積むこと」。しかし実際に体験するには限界があるので、古典文学を読んだり、優れた原作や脚本の映画を見ることで「疑似体験」をして自身に教養を付けることが重要だそうです。

自分の中に、多くの人格を持つ為に、すぐに「出来ない」と言わずに様々な事に挑戦し、日々教養を付ける様な生活を送りたいものです。

先日心に響いた、松下政経塾の元塾頭上甲晃氏の言葉で、組織の中で言う事を聞かない者を前にして、「他人を変えようとするあまり、どれほど人を責めてきたことだろうか。しかし、いくら責め続けたところで、人を変えることは出来ない。人生でただ一つ、自分を変えられるのは自分しかない。自分を変える勇気を持てるかどうかだ。」

と言う言葉にも共通するモノがあると思いました。



■ 雑草の発生を遮断 ウィードコート ■

コンクリートやアスファルトの隙間から雑草が生えてきてお困りではありませんか？

○抜いても抜いても生えてくる。 ○チョット放っておくと瞬間に成長して大きくなり、広がってしまう。 ○除草剤を撒いても数ヶ月でまた生えてきてしまう。

そんなお悩みをお持ちの方に、「流し塗り工法」により、雑草が生えてくる隙間を密封し、雑草の発芽や発生を防ぐ「ウィードコート」をお薦めします。一度お試しください。

雑草が枯れるこれからの時期に施工するのがオススメです。

彼岸を過ぎて

先月は台風が連続3個上陸し、今月も非常に大型の台風が日本列島を縦断して各地に大雨を降らしその傷跡を残していきましました。天気予報を聞いていると、観測史上初」とか「〇十年振り」とか言う言葉が毎回のように出て来ます。被害に遭われた方には申し訳ないのですが、もはや驚くことも少なくなっています。

さて、彼岸を過ぎ、9月も終わりに近づいてきました。早いもので今期も半分が終わります。4月の時点では、為替も株価も年当初からの円高・株安の傾向が固定され、日銀の緩和政策を基礎とするアベノミクスの効力もそろそろ薄れてきたような状況の中、昨年、「昨年に比べて、今期は厳しくなるだろう」と予想していました。

半期を迎え、お客様の生産減や予算の執行の手控えなどによって、予想通り厳しい部門もありますが、反面、新規のお客様の売上が予想以上に増えたり、売上が落ちるだろうと予想していた部門が、意外と検討してくれたり、今のところ昨年とほぼ同様の売上を維持しています。後半年、何とかこの調子でいきたいと思っています。

代表取締役 服部 敬郎

社員ブログ

● 剣客商売 ●

営業部 影山裕久

暑さ寒さも彼岸までとよく言いますが、今年もお彼岸を過ぎて、これから暑さも和らいで、季節は秋へと移り変わっていきます。そして、秋は、食欲の秋、芸術の秋、スポーツの秋、そして読書の秋と言われています。

このところ私は、池波正太郎の本に凝っています。氏は戦後を代表する時代小説・歴史小説作家で、その著書は「鬼平犯科帳」「剣客商売」「雲霧に左衛門」などテレビでもお馴染みの時代劇で、最近ではBSで再放送されています。これを録画して見るのも大変楽しみとなっています。

「剣客商売」という作品は、江戸時代中期以降、老中田沼意次(ためまおきつぐ)の時代で、戦国時代や江戸時代初期の様に、剣術の腕だけでは食べていけない平和な時代の中、孫のような少女と夫婦になって隠棲する剣術の老名人が剣の腕を活かして、悠々と生きていく話で、楽しくもあり羨ましくもある物語です。

仕事を終え、一日の終わりに30分程本を読むのを楽しみにしています(たいていの場合30分で済みませんが)。

喧騒から離れ、静かなところで本を読むひとは、現実を離れて小説の世界に身を置き、想像の中を駆け巡る心安らぐ時間です。

池波正太郎の代表作であり大作の「鬼平犯科帳」全24巻は、仕事を引退してから読むのを楽しみに取っておこうと思っています。



本レターのご提供に付きまして、ご不要・ご迷惑という方に付きましては、その旨ご一報頂きたいと思っております。次回からの発送を中止させていただきます。

・ 株式会社チキリ

静岡県駿東郡清水町卸団地 73

Tel 055-971-9610 Fax 055-973-1534

E-mail gen@chikiri.com URL http://www.chikiri.com/

なんだ・かんだ

◆ マインドフルネス ◆

2年半ほど前に、鎌倉の円覚寺に行った折に、管長である横田南嶺氏に座禅の話をお聞きしました。

円覚寺は臨済宗・円覚寺派の本山であり、臨済宗と言えば座禅です。姿勢を正して座った状態で精神統一を行う、禅の基本的な修行法ですが、〇心が穏やかになる 〇免疫力が高まる 〇意思決定の総量が上がる 〇集中力、想像力が向上する 等の効果があると言われています。この時に、この座禅に興味を持ったのですが、結局今日まで実践してきませんでした。

そんな中、つい先日「マインドフルネス」という瞑想をベースにして、集中力を高めたり気持ちをコントロールする手法を知りました。

概念としては違うようですが、座禅も瞑想と訳される場合もあるようで、その方法や、効用もほぼ似ています。また、横文字になった為になんだか取っつきやすい気がして、数日前からトライしています。

マインドフルネス学会の代表は、「マインドフルネスとは簡単に言えば「今を大切にすること」です。」とおっしゃっています。

最近特に、心の病についての話を良く聞きますが、我々は過去の嫌な出来事を思い出したり、まだ分からない未来のことを思い煩っては病気になることがあります。心穏やかに、幸せに生きるには、そうした過去や未来のしがらみから逃れることが必要になります。

そこで、注意を今の時点で集中させることが出来れば、過去の失敗や未来への不安も頭に浮かびにくくなるというわけです。その為の手段として、「瞑想」「マインドフルネス」が使われます。

マインドフルネスの手法はヨガやウォーキングを活用する手法など色々ありますが、中でも実践しやすいのは「呼吸瞑想」で、以下の要領で1日5～10分行うだけでも効果があると言う事です。

- ①背筋を伸ばして椅子に座り、足を肩幅に開き、肩の力を抜く。
- ②視線を斜め前に落とす。又は目を閉じる。
- ③自然に呼吸し、注意を呼吸に向ける。
- ④注意がそれたことに気づいたら、何に注意がそれたのかそっと心にメモをして、注意を又呼吸に戻す。

瞑想中は意識を呼吸に集中させます。ただ、実際には様々な雑念が湧いてきますが、大切なのは、又雑念が湧いてしまったと自分を責めないこと。それは心の性質なので気にせず、ただ淡々と呼吸に戻ってくることを意識して繰り返せば、実生活に於いても、自分の注意をいつでも今に戻せるようになるということです。

筋力と同じで、繰り返しにより心の筋力が鍛えられれば、自分の思うように態度や気分をコントロールでき、人間関係のストレス解消も容易になるそうです。

ここ数日、朝5分ほど実践しているのですが、まだまだその効果は実感することは出来ません。

ただ、終わった後は何となく心が澄んで、穏やかになった様な気がします。

頑張っ続けて、年齢と共に衰えている集中力を高め、とかく感情に走りがちな気持ちのコントロールが出来るとなればと思っています。



■ 補助金活用によりエアコン更新をしました。 ■

以前、この欄でご紹介させて頂きました、省エネに関する補助金を使い事務所のエアコンを更新しました。工事には、機器に掛かるお金と取り付けるための工事に掛かるお金がありますが、この補助金は、使用した機器だけを対象に、掛かった費用の1/3が補助されました。

また、今まで使用していたエアコンは20年以上前に取り付けた機種だったので、現在の省エネ仕様の機種に取り替えることにより、相当の電気使用量の削減が出来、コストダウンになると考えています。

今後同様の補助金が出て来るとは思いますので、出来るだけ皆様にご紹介するように努めて参ります。

恩師の言葉

10月も半ばを過ぎやと晴れの日が続くようになりました。例年よりも暑い日が少ないのは良いのですが、なんせ外仕事が出来ないので、仕事が後ろへ押し寄せになってしまい、工期に間に合わない状況が出て来そうで心配です。また、実生活の上でも野菜が高値を付けたまま、今後家計へ影響してくるのではないかと思っています。

さて、今月の初めに、高校の学年の同窓会がありました。恩師7名を含め、70名ほどの参加でしたが、大変懐かし、そして楽しい一時を過ごすことが出来ました。

高校時代3年間ほとんど同じように生活してきた者が55歳を超えた今、サラリーマンはもちろん、肉屋のオヤジ、学校の校長、新聞記者、会計士、上場企業の役員、医者等々多士多彩それぞれの分野で活躍していました。

80歳を目前にした恩師の挨拶の中で、過去は変えられない。悪いことを忘れ、良いことだけを心に残し生きていけばよいのだ。と言った言葉がありました。人生の大先輩から頂いた心に残る言でした。

代表取締役 服部 徹 郎

社員ブログ

● 次男のテニスの試合から ● 営業1課 清 博
私には高校2年の次男がいますが、先日テニスのダブルスの試合があり、送り迎えがてら観戦して来ました。

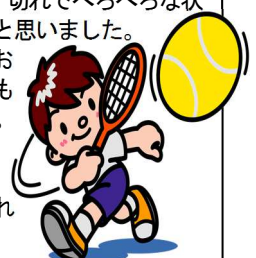
ペアを組んでいるのは同級生で実力も同じ位の子でした。準々決勝でシングルスでは1度も勝つ事が無い子のペアで、厳しいかなと見ていると、僅差ながら勝つ事が出来ました。

次男のテニスはストロークのコントロールが良いのと相手からの球を拾い続けるベースライン際のプレーが得意です。それに対してペアの子はネット際のプレーが好きでどんどん前に出ていくタイプです。

この日の二人はお互い調子が良かったのか、ピンチの場面ではお互いの長所でカバーし合い、普段以上の力が出せたと思います。

その後準決勝でも好調を維持し強敵のペアに勝つ事が出来、決勝戦の相手は前の2試合の相手より少し実力が落ちるので、ひよっとしたと思ったら、もうスタミナ切れでへろへろな状態で惨敗しましたが、まあ良く健闘したと思いました。

仕事では自分の得意な事だけをやってあげれば良いという事は少なく、不得手な事もやらなければならない事も多々あります。そんな時その案件が得意な人に助言や協力をしてもらい、仕事を行いながら自分のレベルアップにも繋がる様に行ければなと感じました。



本レターのご提供に付きまして、ご不要・ご迷惑という方に付きましては、その旨ご一報頂きたいと思っております。次回からの発送を中止させて頂きます。

株式会社チキリ

静岡県駿東郡清水町卸団地73

Tel 055-971-9610 Fax 055-973-1534

E-mail gen@chikiri.com URL http://www.chikiri.com/

なんだ・かんだ

◆ 「素読」のすすめ ◆

「致知」という雑誌の記事から、「素読」のすすめと言う話です。辞書を引くと素読は、内容の理解は二の次にして、文字だけを声に出して読むこと。と出ています。つまり意味を考えないで音読すると言うことです。

我々は一般的に文字を読む時は黙読しますが、このとき文字を目で捉えて意味を理解します。一方、音読すると、目で捉えた文字を、言葉に変換して、声を出して、耳で聞く。という一連の脳を使った作業が必要となります。素読は、黙読と比べ、脳の状態としては、大変活発に働いていると言うことになります。

更に素読は出来るだけ早く読む方が脳には良いそうです。高齢者の多くの方が、年をとってくると若い頃のように早くしゃべることが出来なくなりますが、これは脳が衰えたことで言葉のスピードが遅くなったためです。早くしゃべる為に脳は一生懸命に働かなければならないので、脳の老化防止に効きます。脳の回転速度が速ければ、判断を瞬時に出来るので、次の行動にも素早く移れるようになり、速い判断が出来れば転倒や衝突等の事故やけがの抑制につながります。

高齢になって脳機能や生活の質が低下する一番の要因は、記憶の容量が小さくなることだそうですが、認知症と診断を受けた方が、素読を続けると、認知症の進行が止まるだけではなく、改善され、記憶の容量も大きくなるそうです。

素読は、1日に10分から15分行くと、記憶力が良くなるばかりではなく、抑制力や想像力、論理的思考力などが増えると言うことです。このことはMRIで脳の状態を調べると、思考や創造性を担うと言われていた前頭前野という部分の体積が増えると言うことで証明されているそうです。

一方、これとは逆に、フェイスブックやラインなどのSNSをやっている時は、素読をしている時とは逆に脳は抑制され、眠った状態になっているそうです。以前ゲームをやっている時の脳の状態は認知症の方の脳の状態に似ているという「ゲーム脳」という言葉が流行ったのを思い出します。

私もラインをやりますが、ラインの過去のやりとりを見してみると、1回に送信する文はほとんど1行。文ではなく単語の場合もあります。「いまだこ」「あそぼー」「了解」等の幼稚園児レベルの会話になっていますし、更に絵本のように視覚で認識するスタンプが言葉よりも多くあります。SNSに没頭している時間、物を考える人間としての脳は寝てしまっていると言うことも納得できます。

現代の若者は、1日に何時間もスマホをいじっています。7年間7万人の子供たちを調査した結果から、スマホやSNSの利用と学力には負の相関関係があることが分かっているそうです。

このままでは脳の器が出来ない人間が増え続け、自分では何も考えられない人間だらけになってしまいかねません。

世を憂える前に、まず自分だけでも、スマホをいじるのを少し控えて、1日15分の素読の実施。そうそう瞑想も10分しなくっちゃ。それから散歩も・



■ 社員募集 ■

現在当社では、ネット販売に従事する社員を募集しています。仕事の内容は、当社の運営する販売サイトからの
○注文メールへの対応
○仕入れ先への発注手配
○商品の梱包発送
○サイトの維持・保守(商品のUPや改廃等)
○販売企画等です。

人間性重視で経験のない方でもOK。前向きでやる気があって、ネット販売に興味のある若い方、出来れば20代の方を求めています。現在の担当者もネットについては全く0からの出発でした。

詳細は、「チキリ 採用サイト」で検索して、「ネット販売職」をご確認下さい。どなたかご紹介頂ければ幸いです。

アメリカ大統領

ここ数日急に寒くなりました。特に24日は最高気温が6度と真冬並みの気温で、東京都心では54年ぶりの11月での初雪が観測されました。思わず長袖のヒートテックと厚手のコートを出してきて出かけましたが、気温の乱高下に身体を順応させていくのが大変です。

さて、今月行われたアメリカ大統領選挙では、トランプ大統領誕生というまさかの結果になりました。ネットでもリアルタイムに各州の投票結果の状況が分かるサイトを見ていたのですが、アメリカの大統領選挙についてこんなに関心を持って見たのは初めてでした。

衝撃の結果が出た後、一旦ドルも株も急落しましたが、その後反転しここ数日、ダウは過去最高値を更新し、日経平均も上昇。円は10円以上安くなりました。トランプ新大統領のインフラ投資や規制緩和・大規模減税などの経済施策への期待による動きだそうですが、「アメリカファースト」アメリカだけが良ければいいんだと言う人が、実際に来年1月に就任した後、経済だけでなく、政治においても世界はどうなるのかとても不安です。そしてこの人は核のスイッチも握っています。

代表取締役 服部 蔵一郎

社員ブログ

● 資格の勉強 ●

営業2課 河口 祐一郎

先日ある試験を受ける機会がありました。社会人になり初めて大きな会場で受ける試験でした。

試験の内容は普段接している仕事の用語もありますが、初めて聞く用語もあり、先ずは言葉・用語を覚えることから勉強することになりました。

仕事の打ち合わせ中に、聞いたことのある言葉でもあまり理解が出来ていなかったものも、今回の勉強を通して理解が深まったと思います。

大学を卒業し早8年近く経っており、その間は参考書を開いて勉強することもあまりなく、1つのことを常に勉強することもほとんどありませんでした。

学生時代はあまり好きではなかった勉強ですが、今となっては必要性を感じた機会でした。

結果は2月頃にならないと出ないためわかりませんが、今回の勉強を通じたことは、結果はどうあれ知識を得ることはお客様との打ち合わせやコミュニケーションを取りやすくなると感じましたし、普段遊びやテレビに費やしていた時間を勉強に充てることにより有意義な時間を過ごせたと思います。



本レターのご提供に付きまして、ご不要・ご迷惑という方につきましては、その旨ご一報頂きたいと思っております。次回からの発送を中止させて頂きます。

株式会社チキリ

静岡県駿東郡清水町卸団地73

Tel 055-971-9610 Fax 055-973-1534

E-mail gen@chikiri.com

URL <http://www.chikiri.com/>

なんだ・かんだ

◆ 「プレミアムフライデー」 ◆

12月13日の新聞に、「プレミアムフライデー」についての記事が出ていました。

プレミアムフライデーとは、毎月末の金曜日の就業時間を、午後3時迄にするというモノです。アメリカでは、毎年11月の第4木曜日に行われる感謝祭の翌日の金曜日のことを「ブラックフライデー」と呼ぶそうで、感謝祭の翌日からクリスマスセールが開始され、百貨店などをはじめとした小売店が黒字になることにちなんで「ブラックフライデー」と呼ばれているそうです。プレミアムフライデーは、ここから来た言葉の様です。

それにしても、ブラックフライデーと言う言葉は、世界恐慌の引き金になった「ブラックマンデー(暗黒の月曜日)」を連想させる言葉なのに、良くこんなネーミングをしたと思います。(どうでも良いことですが)

プレミアムフライデーについては、経済産業省を中心に、経団連や小売りなどの業界団体(日本百貨店協会や日本チェーンストア協会、全国商店街振興組合連合会)などが、企業の従業員に対して金曜日の午後3時には仕事を終えるよう呼びかけ、その後に食事や買い物をしたり、更に土日の連休へとつなげるにより旅行などもしやすくするなど、個人消費を喚起し、デフレを脱却のするための一つのきっかけを作ろうという目的で計画をしているものです。同時に長時間労働の是正など働き方改革にもつなげる考えもあるようです。

ともあれ、来年2月24日から始める予定で協議を重ねているようで、PRに使うロゴマークも作られています。(この文末にあるスマイルマークに似たイラストです。)月末の金曜日は仕事を早く切り上げて、買い物や食事に出かけてもらうことで、低迷を続ける個人消費を盛り上げる為に毎月末にイベントなどを開催することを想定しているそうです。

この制度は、週休2日と同様法律ではないので、当初導入する企業・団体はどの程度あるのでしょうか。おそらく、役所(公務員)・大企業・銀行当たりから導入されるのではないかと考えられます。その辺で上手く定着すれば、何年か後に一般企業にも波及するのではないのでしょうか。

週休2日の定着にしても、私の子供の頃は、土曜日が「半ドン」(今や死語ですね)でしたが、日曜日しか休みがないのが当たり前でした。そんな中、今から50年ほど前に初めて松下電器(現パナソニック)が始めたと言われていますが、その後、多くの大企業が実施、ほぼ定着したのは20年ほど前でしょうか。非常に長い時間が掛かっています。

しかし、当社では未だに土曜休みは隔週で、年間休日数を105日として、かろうじて、年52週の倍の休日数としています。そんな企業は周りにまだまだいっぱいあります。日本の企業は仕事の効率が進んで一番悪いとされていますが、その代表となっています。

これが実施されると、就業時間数としては、2時間/月で年間24時間。これは8時間/日として3日分となり、このしわ寄せは、残業や休日出勤に変わる可能性もありますが、思惑通り個人消費が増えるようであれば実施する価値はあると思います。

当社でもプレミアムフライデーが導入できる様に仕事の効率を上げて行きたいと思います。



■ 年末年始の休暇 ■

本年は12月28日(水)まで営業致します。

年末年始休暇: 12月29日(木)から1月4日(水)までの7日間をお休みとさせていただきます。

新年は1月5日(木)より営業致します。又、1月14日は第2土曜日で通常でしたらお休みを頂いておりますが営業日となります。

お得意様におかれましては、当社営業担当と年末年始のご注文等につきましてお打ち合わせしていただき、生産や業務に支障の無いようお願い致します。

今年も後数日で暮れようとしています。今年には本当にいろいろな事がありました。ことによると私の人生の中で良きにつけ悪しきにつけ、公私共に一番変化のあった年だったのかもしれない。良いことはそのまま受け入れ、悪いことは、こんな状態は長く続かない、今だけ我慢すれば良い。と思いついて対応してきました。そして今思っているのは、大生一回、楽しくやらなくちゃ。」

他人の目を気にしてやりたいことをやらないのはもったいないですよ。ね。もう少し、我が儘になって、やりたいこと言いたいことに素直になってみようかなと思います。言うほど我慢してないかもしれない。それが、その後は何とかなるさ。ケセラセラ。

来年は酉年。酉という漢字は酒つばを描いたもので、収穫した作物から酒を抽出するという意味や、収穫できる状態であることから「実」ということも表わすそうです。

皆様に取らして、来年一年が「実り多き年」である様、祈念申し上げます。良い歳をお迎え下さい。

代表取締役 服部 徹一郎

来年は酉年、実り多き年に

社員ブログ

● 忠言逆耳 ●

営業3課 周 凱翔

社会人になってから、「忠言逆耳」という言葉を改めて感じました。「忠言逆耳」とは漢文で「忠言、耳に逆らう」と訓読みしますが、文字通りの意味で、忠言は聞きづらいということです。

忠言とか忠告は聞きにくいものですが、自分にとっては為になることがあるので、あえて聞く態度をもつことが大事だと言うのが本意です。

例えば、『史記』留侯(リュウコウ)世家には、劉邦を諫める場面で記載があります。劉邦が秦の宮殿に項羽より先に入ったとき、その素晴らしさに心を奪われ、ここに留まって居たいと思いました。樊噲が、劉邦に宮殿を出るように諫めたのですが聴き入れません。そこで張良が言いました。

『忠言は耳に逆らい徳行には役に立つ、良薬は口に苦いが病いには効く』と申します。願はくは劉邦よ、樊噲の諫言をお聞き入れ下さい。

劉邦は(秦宮から)しびしび軍を戻し、霸上に駐屯しました。

誠実な忠告は、聞いたときには耳障りだが正しい行動に役立つ。ちょうど良い薬が飲んだときには苦いが病気に効くのと同じだということです。



本レターのご提供に付きまして、ご不要・ご迷惑という方に付きましては、その旨ご一報頂きたいと思っております。次回からの発送を中止させて頂きます。

株式会社チキリ

静岡県駿東郡清水町卸団地 73

Tel 055-971-9610 Fax 055-973-1534

E-mail gen@chikiri.com URL http://www.chikiri.com/