

# さざんか

株式会社 **メンテナンス** 社報

第617号

令和6年5月号



『大空を映す棚田』 撮影：小手川和彦

<https://www.oita-maintenance.co.jp>

## 社訓

# 和 技 誠

和やかに  
協力し合って  
仕事を進めていく

技術を磨き  
プロとして  
誇りを持つ

誠心を込めて  
心のこもった  
仕事をする

当社の事業年度は8月～翌年7月となっています。  
紙面中、令和5年度や本年度とあるのはこの事業年度を指します。

## 本年度の目標

# 変化対応力の向上

## 社長雑話

令和6年5月号に寄せて

### 五月 (五月雨月:さみだれづき)

旧暦の五月は今の六月頃にあたるため、梅雨の月という意味のようです。

毎年、桜の頃からも青空は非常に少なくなりました。今も五月晴れとならず、今日も大陸からの黄砂の影響からか、どんよりとした空に、鯉のぼりが心なしか寂しそうに泳いでおります。

皆様、ゴールデンウィークは人出も多く、とても忙しい毎日を頑張ってお過ごしのことと感謝申し上げます。本当にお疲れ様でした。私達の仕事が、毎日を気持ちよく過ごすうえに、人々の生活の中でどんなに大切な事かと自他共に認めても

らえる時代がきっと来ます。

『頑張りましょう!!』

さて今年も、長きにわたり続けてきた創業記念祭は開催できず、7月号の「さざんか」に社員・従業員の方々の表彰を発表することと致しました。

本来なら皆様のお顔を見て、日頃からの『たゆまぬ努力』に対し、<sup>ねぎら</sup>労いの言葉を直接お掛けすることが経営者としての責務ですが、コロナ禍の時代を生きるものにとって誠に辛い判断であり、断腸の思いです。

来年こそは「創業記念祭」が復活できることを共に信じて、頑張っていきましょう。

# 目指せ 1000日! 無災害記録



(株)メンテナンス 45日 前回発生日 令和6年3月25日

(株)大分空港メンテナンス 893日 前回発生日 令和3年11月26日

————（マナーアップ5月度の目標）————

## 「自分から進んで挨拶をしよう」

5月度担当 管理本部

4月の年度替わりは初対面の方と接する機会が多いものです。そこで、5月のマナーアップ目標は、「自分から進んで挨拶をしよう」とさせていただきました。自分から進んで挨拶をし、気持ちの良い人間関係を築いていきましょう。

挨拶の『挨拶』は自分の心を開いている事を示し、『挨拶』は相手の心に近づくという意味があるそうです。つまり、挨拶をするということは『自分の心を開き、相手を認め、相手の心に近づく』ということになります。挨拶をしたのに返事がない時に嫌な気分になるのは相手に自分が認められていないと感じるからだそうです。

仕事はチームワークです。お互いに気遣いがあり、コミュニケーションが活発な職場は雰囲気も良く、働きやすい職場です。自分から進んで気持ちの良い挨拶、されて気持ちのよい挨拶を心掛けていきましょう。





## 職場訪問

### 日本郵便輸送(株)九州支社 大分営業所



令和6年4月12日(金)日本郵便輸送(株)九州支社大分営業所に波多野人美さんをお訪ねした。

#### 仕事のスタートは ゴミの回収から

波多野さんの勤務日は週4日。午前9時～11時までが勤務時間である。

毎日の仕事は、ゴミの回収から始める。9時30分にゴミ回収車が出発するので、それまでにすべてのゴミの回収を済ませなければならぬ。

2階の食堂を皮切りに、事務



所↓女子更衣室↓洗面所↓組合事務所の順に回収して回る。食堂では、プラと燃えるゴミの分別もすることになっている。2階が終わると1階へ。ここでは、タバコの吸い殻とゴミの回収をし、最後に収集場所へ。

#### 作業は計画的に

営業所は、2階建ての大きな建物である。その中の全ての箇所の清掃を勤務時間内の2時間で、しかも、一人でやり終えるのはなかなか大変なところがある。そこで、美観を保ち、しかも無理なく作業を進めるため、作業内容を曜日ごとに振り分け、計画的に行うようにした。

#### 《月・木曜日》

毎日する作業内容  
(3カ所のトイレ、通路、階段、  
食堂の掃除)

+  
会議室等の床の掃き拭き





### 毎日大変だが、 やりがいのある職場に感謝

日々、忙しい2時間だが、負担

仕事の仕上げは、モップやタオルの洗濯。これで、1日の仕事の全てが終了する。これらの作業を11時までに終えるように頑張っている。

《火・金曜日》  
毎日する作業内容  
＋  
タタミ・カーペットの部屋の  
掃除機掛け



に感じることはほとんど無い。

この職場は、常に人の出入りがあり、仕事の合間を縫って作業をするような形になるのだが、職員さんは作業しやすいように移動してくれたり気働きをしてくれたりと、とても協力的で感謝している。

職員さんへの挨拶は、できるだけこちら側からと心掛けているのだが、職員さん自らが進んで挨拶をしてくれたり、ご苦労さんと声かけしてくれたりして、とても有難く思っている。

### 職員の皆さんの 優しい思いやりに包まれて

職員の皆さんの優しい思いやりに包まれた働き易い職場で毎日仕事が出来ることにとっても感謝しています。今、毎日の仕事にやりがいを感じているし、これからはますます頑張ろうという気持ちで湧いてきている。これからも頑張つて働き続けたいと思っている。

### 《趣味・特技》

#### 【卓球】

18年前、卓球を始めた。友達2人と「何かしようか」と言うことでテニススクールの門をたたいたのだが満杯で、やむなく手軽な卓球に切り替えた。

以来、休むことなく続けて来たのだが、コロナ禍のため3年間ほど中断することになった。しかし、去年から復活。今、健康のため、日々の生活を楽しくするため、

週1回程度、午前中に汗を流している。

#### 【ピアノ】

小学生の頃、4年間ほどピアノを習っていた。今頃になって、昔の楽譜を引っ張り出してピアノの練習を始めた。孫が、ピアノの練習を始めたので、昔取った杵柄をという思いがあったのかも知れない。しかし、その思いも束の間。いつの間にか追い越され、今では立場は逆転してしまっている。



# 総務だより

## 令和6年6月「定額減税」実施のお知らせ

令和6年6月以降支払われる給与・賞与から住民税と所得税が減税されます。

### ▶ 控除される額

一人当たり **所得税 30,000円** + **住民税 10,000円** = **合計 40,000円**

納税者本人 + 扶養親族等\* の分だけ控除されます。

例えば 本人 + 扶養親族等 1人\* = 計2名の場合

所得税 60,000円 + 住民税 20,000円 = 合計 80,000円

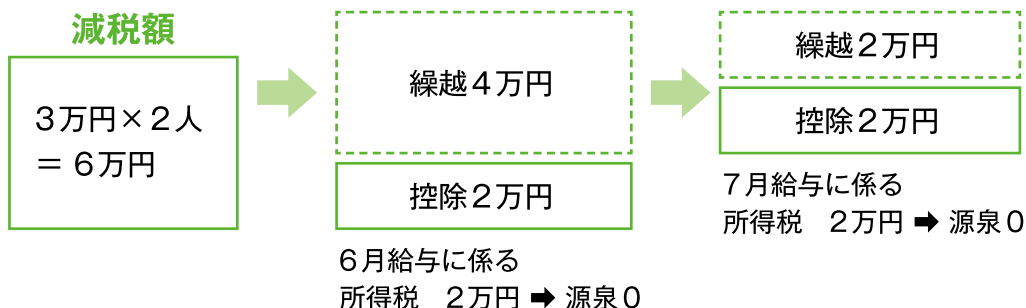
※扶養親族等とは同一生計配偶者と扶養親族のこと。

### ▶ 所得税の控除のやり方

令和6年6月以降の給与・賞与の金額から所得税の控除が行われます。

6月の給与(賞与)から控除しきれない分は翌月以降に繰越して控除されます。

(具体例) 本人 + 扶養親族等 1人 = 計2名の場合



### ▶ 住民税の控除のやり方

令和6年6月分給与においては住民税の特別徴収を行わない。

定額減税を実施した後の住民税の金額を11分割し、令和6年7月分から令和7年5月分の給与において特別徴収が実施されます。

より詳しい内容については、機会をとらえて、またご紹介いたします。

※お配りした申告書に記入していただき、5月末日までに必ず担当者へお渡しください。

#### 注意事項

- ①年間収入が103万円を超える方(年間合計所得が48万超の方)は扶養家族であったとしても勤務先で定額減税申請をお願いします。
- ②職場を掛け持ちしている方はどの職場で申請するか決めていただき、申請する職場に書類を提出してください。(当社で定額減税を希望されない方は書類の提出は不要です。)

# トイレ掃除に ひと手間かけてみませんか！

《便器を分解すると、すみずみまで綺麗になること間違いなし》

トイレは家の鏡とよく言われます。それだけに、常に綺麗で清潔なトイレを心掛けていることと思います。でも、綺麗にしたいけど手の届かないところがありませんか。ところが、秘策を講ずると「アッ」と言う間にすみずみまで綺麗になること間違いなし。今回は、この秘策を紹介します。

## 《掃除の手順》

### ①便器の分解

今回の秘策

- ア、便器の上蓋を分解(結着部分の爪を押し広げる)
- イ、便座の分解(便座横の分解ボタンを押す)

### ②台座の周辺部の掃除

- 台座の汚れをスポンジでこする
- 手の届かない所は、使い古しの歯ブラシにタオルを包み込み、素材を傷つけないよう掃除。
- 綺麗なタオルでふきあげる

### ③台座の中心部の掃除

- スポンジで洗浄清掃する
- 綺麗なタオルでふきあげる

### ④便座の組み立て

- ノズルの掃除(歯ブラシで汚れを落とす)

### ⑤仕上げ

便器全体を綺麗なタオルで拭き上げて終了



### 福島課長より一言



今回のテクニックは、便器の分解です。簡単にできますので、やってみませんか。ただし、メーカーにより形状が異なる場合があります。無理のない程度で挑戦してみてください。

# レゾナック エンジンジョイ クリーンデイ

令和6年3月23日(土)レゾナックドーム大分において、株式会社レゾナック「ネーミングライツパートナーシップ事業」協賛により「レゾナックエンジンジョイクリーンデイ」が開催された。今回で、22回目の開催である。



会員相互の親睦と親しまれ  
愛される施設を目指して

この事業の目的は、清掃活動を中心にした活動を通じ、サポータークラブ加盟会員相互の親睦を図ることやスポーツ公園の周知を図り、親しみやすい施設、愛される施設になることを目指しているそうである。

## 開会行事

開会に当たり、(株)大宣大分スポーツ公園事業所後藤英治所長より挨拶があった。「今回で22回目のクリーンデイですが、利用者の皆さんに気持ち良く使っていただくために清掃活動を行ってまいります。お蔭で、全国に数カ所同じような施設があるのですが、その中でも一番きれいな施設だと自負しています。これも、皆様から協力していただいているからだと感じています。清掃活動の後、

抽選会を用意していますが、3人に1人は当たりますので楽しみにしてください。」

180名を超える

## ボランティアが参加

今回の事業には、サポータークラブ加盟の団体や一般の方々にも呼びかけ、180名を超えるボランティアが参加していた。

後藤所長の挨拶の後、当社の一丸課長が作業説明を行った。



日本文理大学の皆さん



大分県レクリエーション協会の皆さん

作業内容は、5グループに分かれ、スタンド内の椅子・背もたれの雑巾がけである。

一人60脚当たりの椅子をからぶきするのだが、1枚の雑巾を手早く動かしながらひたすら磨く人、両手に持った雑巾を背もたれと座る部分とを手際よく拭き分ける人と様々である。皆さん、手慣れたものである。作業は、1時間ほどで終了した。

## お楽しみ抽選会

11時からお楽しみ抽選会が行われた。今回も協賛企業から多くの商品が提供されていた。当選番号を読み上げる度に、あちこちで悲鳴とも雄叫びともつかない声が響き渡った。日本文理大学生のブースからは、とりわけ大きな歓声と当選者への惜しみない拍手が沸き上がり、抽選会を盛り上げてくれていた。最後に、主催者から参加者全員に「ニータン焼」が参加賞として振る舞われた。



### 5月は交通事故が多発する時期！

#### ◆考えられる原因と徹底したい対策

5月は大型連休となるゴールデンウィーク(GW)の月で、家族や友人と車での旅行を計画している方が多いかもしれません。

特に、この5月は交通事故が多発する時期として知られています。最後まで楽しく過ごすため、事故対策は徹底しておきたいものです。

この時期に圧倒的に多い事故形態は、接触・追突事故です。これから気候的にもよく、普段運転しない方がハンドルを握る機会が多くなることも事故の原因と言えるでしょう。

#### ◆事故を起こさない行動

**○車の点検**・・・タイヤの空気圧・亀裂、ブレーキの利き・ブレーキ液、バッテリー液の量、ランプの汚れ、損傷、ガラスの状態等をしっかりチェックし、異常を発見した際には、修理、交換など対処するのが事故を防ぐうえで大切な行動と言えます。

#### ○ゆとりある計画

交通量が増えると、思うように車が進まなくなる事態も考えられます。しかし、イライラが募ると注意力が緩慢になり、事故に繋がる恐れがあります。特に高速道路では、渋滞予測情報が提供されているため、事前に確認して余裕のある計画を立てましょう。

#### ○適度な休憩

旅行などは、いつもと比べて運転時間が長くなることが予想されます。そこで大切になるのが、「適度な休憩」です。

長時間の運転や夜間運転で疲労がたまると注意力・判断力が著しく低下し、とっさの対応が難しくなります。事故を起こして後悔する前に、サービスエリアやパーキング等で休憩をとるようにしてください。

#### ○事故・故障時の適切な判断

どんなに注意していても、事故に巻き込まれたり、故障してしまう確率はゼロではありません。何らかの理由で車が走行不能になった場合を想定し、ハザードランプや発煙筒、三角停止表示板等使用して後続車両に異常を知らせましょう。

特に高速道路でのトラブルは、必要な措置をした後、ガードレールなどの外等安全な場所に避難し、事故なら警察、故障ならロードサービスに連絡しましょう。

## 言葉の花束

No.31



先人からの<sup>きらり</sup>と<sup>光る</sup>言葉の宝珠を皆さんに紹介します。

#### 先代のつぶやき編(責任者の心得編)

- ① 責任者というものは、決して消極的、悲観的であってはならない。
- ② 人から教えてもらったものは身にならない。自分自身で現場に立ち、体験、失敗を重ねて体得してこそ、責任者になり得る。
- ③ 上に立つ者は、神様ではない。永い一生の中で、素直に改めるべき時は、改めよ。
- ④ 部下の失敗は「私の責任です。」と言える幹部になれ。
- ⑤ 何の仕事でもコツがある。そのコツ早くつかめ。労多くして功少なしになる。

## 各事業所イベント情報

## 大分スポーツ公園

5月12日(日)	明治安田J2リーグ第15節 大分トリニータ×愛媛FC	レゾナックドーム大分	キックオフ 14:00
5月26日(日)	明治安田J2リーグ第17節 大分トリニータ×レノファ山口FC	レゾナックドーム大分	キックオフ 14:00
6月1日(土)	明治安田J2リーグ第18節 大分トリニータ×徳島ヴォルティス	レゾナックドーム大分	キックオフ 14:00

## コンパルホール

5月11日(土)	子ども劇場高学年鑑賞例会 「シモシュのピアノ旅行」	1階 文化ホール 開演19:00 終演20:15	入場料:一般3,000円 ※要事前申込
5月19日(日)	おおいた子ども劇場5月例会「ともだちや」	3階 多目的ホール ①開演14:00 ②開演16:30	入場料:一般3,000円 ※要事前申込
5月26日(日)	子ども劇場乳幼児鑑賞例会	3階 多目的ホール 開演10:10 終演11:00	入場料:一般3,000円 ※要事前申込

## アートプラザ

5月14日(火)~19日(日)	第11回 中谷都志郎とゆかいな仲間たち 写真展	市民ギャラリーA	10:00~17:00 入場料:無料
5月20日(月)~26日(日)	大分合同新聞社 水彩画教室合同作品展	市民ギャラリーA	10:00~16:00 入場料:無料
5月27日(月)~6月2日(日)	陶芸友の会作陶展	市民ギャラリーB	10:00~17:00 入場料:無料

## ピーコンプラザ

5月11日(土)	第24回別府アルゲリッチ音楽祭 大分県出身若手演奏家コンサート	国際会議室
5月17日(金)	第24回別府アルゲリッチ音楽祭 ベストオブベスト シリーズ Vol.9 巨匠たちのアンサンブル~極める	フィルハーモニアホール
5月25日(土)	HUMANisM~超☆地獄編2024~	コンベンションホール他

## エイトピアおおの

4月17日(水)~ 毎月1回 第3水曜日	寺子屋えいとびあ「楽しくレクリエーション教室」	2階 第一会議室 定員:15名 ※定員なり次第締切	10:00~11:30 料金:500円
4月18日(木)~ 毎月1回 第3木曜日	寺子屋えいとびあ「シニアピアノくらぶ」	1階 練習室(大) 定員:①10名 ②10名 ※定員なり次第締切	①10:00~11:00 ②11:15~12:15 料金:500円
4月25日(木)~ 毎月1回 第4木曜日	寺子屋えいとびあ「ゆったりヨガ教室」	1階 リハーサル室 定員:20名 ※定員なり次第締切	19:00~20:30 料金:500円

## 平和市民公園能楽堂

5月18日(土)・19日(日)	能楽堂祭り(大人気のキッチンカーやお店、屋台などが 口ビー・駐車場に大集合)	11:00~17:00	入場:無料
5月18日(土)・19日(日)	日本伝統祭 in 平和市民公園能楽堂	平和市民公園能楽堂 開演13:00	18日(土)一般3,000円 高校生以下1,000円 19日(日)一般1,500円 高校生以下500円
6月1日(土)	雅楽演奏会~蓬萊雅楽会設立三十五年記念公演	平和市民公園能楽堂 チケット配布 4月16日より	開演14:00 開演15:00 入場:無料 全席自由席

## 大分県立歴史博物館

2月27日(火)~ 5月26日(日)	令和5年度 特集展示「葉丸文書の紹介」	常設展示室 9:00~17:00	一般:310円 高・大学生160円 中学生以下:無料
4月26日(金)~ 6月9日(日)	博物館で“美”の探検 —大分県立美術館コレクション—	企画展示室 9:00~17:00	一般:310円 高・大学生160円 中学生以下:無料

当館では、重要文化財大分県免ヶ平古墳出土品について、現在の状態を保存し後世に伝えていくための保存修理事業を、平成27年度から令和5年度までの9年間におよび実施してまいりました。令和5年度の成果を多くの方々に知っていただくようパンフレットを作成しました。ぜひご覧ください！(ホームページより)

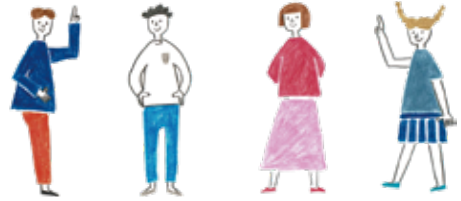
## 大分農業文化公園【るるパーク】

3月23日(土)~ 5月12日(日)	「ネモフィラブルーフェスタ」 ※期間中毎日開園・ネモフィラは無料で鑑賞できます	フラワーガーデン	9:30~17:00
5月19日(日)	「親子で学べる自然観察会」※事前ネット予約制	受付場所:正面ゲートエントランス 定員:20名様(要予約)	10:00~12:00 参加料:無料
5月26日(日)	「陶芸講座~花を飾るフラワーベース~」※事前ネット予約制	交流研修館 手づくり工房 定員:20名様(要予約)	13:00~15:00 参加料:一人1,600円

## 大分県立美術館【OPAM】

4月5日(金)~6月3日(月)	コレクション展Ⅰ:アートと遊び心	3階 コレクション展示室 10:00~19:00	一般300円 大学・高校生200円 中学生以下:無料
5月18日(土)~ 7月15日(月・祝)	展覧会 没後50年 福田平八郎	3階 展示室B 10:00~19:00	一般1,400円 大学・高校生1,000円 中学生以下:無料
6月7日(金)~7月18日(木)	コレクション展Ⅱ:水の情景—生々流転	3階 コレクション展示室 10:00~19:00	一般300円 大学・高校生200円 中学生以下:無料

# 人物紹介



設備本部  
後藤 一馬さん

後藤さんは、入社して4カ月  
余り。

現場に向く時は必ず

メモ書き①

入社したての頃、先輩に連れ  
られて色々な現場に向くのが  
だが、技術も知識も何もない状

況で、しかも初めて経験するこ  
とばかりなので緊張の連続だっ  
た。特に、協力会社の方と一緒に  
に作業するときは、何が危険な  
のか、自分はどう立ち回ればい  
いのか判断できず、緊張しっぱ  
なしだった。もつとお互いに気  
軽に情報交換ができればと、人  
間関係の大切さを強く思った  
のである。

そこで、どこの現場に出掛け  
る時でも、「どこの現場で、誰と、  
どんな仕事をするのか」を必ず  
メモをするようにした。そして、  
一緒に仕事をする方は必ず名前  
で呼びかけるように心掛けてい  
る。それは、自分が名前と呼ば

れた時の嬉しさの体験からでも  
ある。

メモ書き②

入社4カ月では、まだまだ知  
識面や技術面での未熟な部分  
が多い。そこで、作業で使用する  
道具の名前や使い方を図入りで  
メモ書きにしている。このメモで  
一番役立ったのが、お客様に報告  
書を提出した時である。その中  
身を訪ねられた時、そのメモ書  
きを参考にすることで、報告書  
の内容をより詳しく正確に伝  
えることが出来るようになった。  
**今年中に国家資格取得を目指  
して**

いま、先輩方に連れられて、い  
ろいろな現場に向いているが、  
そこで協力会社の方々と出会  
い、専門的な知識や技術を身に  
付けたり出来ているのではない  
かと思うと、仕事にやりがいや  
楽しさを感じるようになってき  
ている。さらに、今年中には「危  
険物取扱者」の国家資格を取得

し、これからの仕事に活かしたい  
と思っている。今、1日に1時間  
程度は必ず参考書を開くよう  
にしている。

《趣味・特技》


趣味は、絵を描くこと。きつか  
けは、保育園の頃、ポケモンのキャ  
ラクターをクレヨンで描いていて、  
先生から褒められてからである。  
それからは、いつも漫画キャラを  
書くようになっていた。小学生  
の頃には鉛筆画に。中学生では  
水彩画に。高校生になると、美  
術部に入部し、ボールペン画に打  
ち込んだ。



# 自転車の悪質違法運転に 青切符


自転車による悪質な交通違反が後を絶たない中、警察庁は2024年3月5日、道路交通法の一部を改正する法案を国会に提出しました。この改正案には、おもに増加する自転車の事故防止に向けた罰則の整備などが盛り込まれています。改正案は、通常国会に掛けられ、そこで成立してから、2年以内の施行となります。つまり、自転車の青切符スタートは、令和8(2026)年からとなります。(令和6年5月1日現在)

## 自転車の悪質な交通違反に課される罰則

 スマートフォン、携帯電話の使用禁止


**罰則** 5万円以下の罰金



 ヘッドホン等で音楽を聴く行為の禁止

**罰則** 5万円以下の罰金



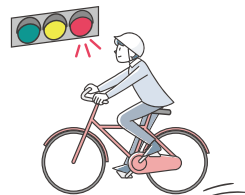
 一時停止の遵守


**罰則** 3ヶ月以下の懲役  
又は  
5万円以下の罰金



 信号の遵守


**罰則** 3ヶ月以下の懲役  
又は  
5万円以下の罰金



 夜間の無灯火運転の禁止

**罰則** 5万円以下の罰金



 傘差し運転の禁止

**罰則** 5万円以下の罰金



 二人乗り禁止

**罰則** 2万円以下の罰金  
又は料料



※16歳以上の方が小学校就学前の子どもを乗せる場合などを除く

 並進の禁止

**罰則** 2万円以下の罰金  
又は料料



自転車利用者は、被害者だけでなく加害者にもなる可能性があります！

《事故に備えて賠償責任保険に加入しましょう》

事故を起こした際には、自分がけがをするだけでなく、相手にけがをさせたり、相手の物を壊したりすることがあります。

個人賠償責任特約保険が付いているか確認しましょう。



# 岡村次長に 待望の男児が誕生



令和6年2月3日 岡村次長ご夫妻に元気な男児が誕生しました。子どもが大好きなので、喜びもひとしおのようだ。名前は燈くん。「周りを暖かい光で明るくできる子になって欲しい」という思いからこの名前にしたそうである。

## 今、子育てに奮闘中

今、父親として子育てに奮闘中。おむつを換えたりミルクを飲ませたり、お風呂に入れたり毎日。育てやすい赤



ん坊で、よく飲み、よく寝て、よくウンチをするそうです。夜泣きもしないし、全く手がかからないということである。「育メンは父親として当然の事。苦にはならないですね。とにかく、元気に育ってくれたらいいですね」と明るく語ってくれた。



**急募**

「株式会社メンテナンス」で一緒に働きませんか？

# クリーンスタッフ大募集

高齢者の  
方も歓迎

連絡先 **0120-450-219**



(株)メンテナンスは、どの社より働く人を大切にする会社

- ① 安心して働く条件が整っている。
- ② 社会貢献に寄与する会社

勤務地: **荷揚複合公共施設**

時間: 7:30~12:00 (実働4.0H)

職種: 清掃

所在地: 大分市荷揚町3番46号

勤務地: **パークプレイス大分**

時間: ① 7:00~10:00 (実働3.0H)

② 13:30~21:00 (実働6.5H)

③ 17:00~21:00 (実働4.0H)

④ 12:30~19:00 (実働6.0H)

職種: 清掃

所在地: 大分市公園通り西2-1

勤務地: **大道整形外科**

時間: 7:30~9:00 (実働1.5H)

職種: 清掃

所在地: 大分市西大道2丁目3-1ブンゴヤコスモビル2・3階

勤務地: **医療法人輝心会  
大分循環器病院**

時間: ① 7:30~12:00 (実働4.0H)

② 7:30~15:30 (実働6.5H)

職種: 清掃

所在地: 大分市太平町4組

勤務地: **蓮華の杜 元町斎場**

時間: 9:00~17:00 (実働6.5H)

職種: 清掃

所在地: 大分市元町6組



# 健診結果を放置していませんか？

健診を受診しても健診結果の内容を振り返らずに放置し、結果として疾病の発見・治療が遅れ、重症化につながる事が問題になっています。健診結果に応じて適切な行動をとることを意識していきましょう。

<p><b>ほったらかし</b></p> <p>デスクも山積み、何が何やら。健診結果？ もらったっけ？</p>	<p><b>他人ごと</b></p> <p>課長入院したんだって？へエス。</p>	<p><b>後回し</b></p> <p>ひと段落したら、そのうちね... 健診結果は机の中へ。</p>	<p><b>見ないふり</b></p> <p>特定保健指導の案内だと？ 体調良いし、丸めてポイッ。</p> <p><b>禁じ手</b></p>
<p><b>踏み出し</b></p> <p>次の仕事は外せない！ 治すなら今のうち。</p>	<p><b>自分ごと</b></p> <p>俺も生活習慣改めないと。やれることは今やるか！</p>	<p><b>突き出し</b></p> <p>やっぱり、休んでしつかり診てもらおう。受診のため休暇を提出します。</p>	<p><b>歩み寄り</b></p> <p>いや、待てよ。予防出来るなら話だけでも聞いてみようか。</p> <p><b>決まり手</b></p>

気になるストーリーはYouTubeでご覧ください！！

不健康関と不摂生関の「健診結果の土俵際」



早期受診場所



特定保健指導場所

不健康関

不摂生関



全国健康保険協会 大支部  
協会けんぽ

伊藤さんについては、再度登場していただきました。

そもそもの発端はゴルフにあり

ボディビルを始めたそもそものきっかけは、ゴルフにありました。ゴルフの飛



# 趣味投稿

## 「ボディビル大会に参加するため」

医療法人社団親和会  
衛藤病院勤務 伊東 雅博さん

距離を伸ばすために始めたウエイトトレーニング場でボディビルに出会いました。その場で、ボディビルの魅力に取りつかれ、のめり込んでしまったのです。そうなる、とことんやらないと気が済まない性質。脂肪を減らし、筋肉を増やすためには様々なスポーツ

に取り組んできました。50 kmを超えるウォーキング大会やマラソン大会各種、鶴見岳一気登山など様々な大会に毎年のように参加して来ました。

また、ボディビルの大会前には3か月で12 kg程度の減量を強いられます。そのため、大会前には食事も摂らず、水分とアミノ酸だけを摂りながらの減量は、苦痛でしかありませんでした。そのため楽しく痩せる方法なども研究して来ました。その成果は、大会での何度もの入賞です。



### 人事のお知らせ

#### 入社

河野 留美子 4・1

大分リハビリテーション病院

甲斐 むつ子 4・1

織部病院

木下 武志 4・1

大分赤十字病院

阿南 聖子 4・24

大分赤十字病院

嶋崎 誠一 4・25

大分赤十字病院

園田 栄司 4・3

朝日生命ビル

岩田 栄子 4・24

ルネックス森町店設

#### 退社

久保田 寿彦 3・14

コンパルホール

川嶋 久男 3・31

ソニーセミコンダクタ

坂井 津留生 3・31

大分市役所

浜田 八千代 3・31

イオン高城店

財津 順子 3・31

ルネックス高松店

#### 弔事

謹んでお悔やみ申し上げます。

大分赤十字病院

川合睦子さんの実母

ご逝去 4・5

大分県薬剤師会館

安部千寿子さんの義母

ご逝去 4・8

本社 業務本部

栗田祐輔さんの義母

ご逝去 4・10

大分赤十字病院

川野多美子さんの夫

ご逝去 4・18



メンテナンスグループ



**株式会社 メンテナンス**

〒870-0155 大分市高城南町12番3号  
TEL (097)551-0056 FAX (097)558-0606



株式会社 **大分空港メンテナンス**

〒873-0231 大分県国東市安岐町下原13番地  
TEL (0978)67-0016 FAX (0978)67-2132



株式会社 **エス・ピー・サポート**

〒870-0917 大分市高松2丁目1番26号  
TEL (097)556-5003 FAX (097)552-1030

編集

株式会社 **メンテナンス** 社内報編集室

担当者 \_\_\_\_\_