



つむぎだより No.3

◇合併秘話③◇

さて、合併予定まで1年を切り始めると、そろそろ二人とも焦りの色が・・・

実は、新法人の事務所探しが大変でした。

昨年夏ごろから、不動産屋さんに声をかけ、物件を見に行き始め、最初は30坪程度の物件をみていました。

しかし、1件、40坪近いところを見たとき、「やはりこれくらいの広さは欲しい」という話になり、広めのところも見に行くようになりまし。が、なかなか気に入るところが見つかりません。

そんな時、インターネットで見つけた空き情報で、今の場所を見つけました。

実はあまり期待していなかったのですが、前の会社が退去した直後だったことから、レイアウトをほとんど変更せずに使えることや、広さも十分であったこともあり、即決定！！契約をすることとなりました。

場所がきまったことで、その後の予定が着々と進み始めました。

(次号に続く)

1、新しい生活様式(熱中症予防)

新型コロナウイルスの感染拡大を長期間にわたって防ぐため、「新しい生活様式」が厚労省より公表されています。

このなかでは、基本的な事項として、身体的距離の確保(できるだけ2m)、マスクの着用、手洗いを挙げ、これに加え、三密(密集、密接、密閉)の回避、換気、こまめな健康チェックが効果的としています。働き方については、テレワークや時差通勤、オンラインの活用をすすめています。

第二波への警戒が求められるなかで、これらを定着・持続させることが重要です。

この時期気になるのが、熱中症へのリスクです。今年は、上記のような十分な感染症予防を行いながら、熱中症対策をする必要があります。しかし、高温多湿でのマスクは熱中症のリスクを高めます。厚労省は、「新しい生活様式」における熱中症予防行動について、次の通り示しました。

① マスクの着用:屋外で人と十分な距離(少なくとも2m以上)が確保できる場合は、外しましょう。着用時には、強い負荷の運動は避け、こまめに水分補給しましょう。人と十分な距離をとれる場所で、一時的にマスクを外して休憩しましょう。

② エアコンの使用:冷房時でも、窓開放や換気扇によって換気をしましょう。換気により室内温度が高くなりがちなの

で、エアコンの設定温度を下げるなどの調整をしましょう。

③ 涼しい場所への移動:少しでも体調に異変を感じたら、すぐ涼しい場所に移動しましょう。屋内に入れな場合は、屋外でも日陰や風通しのいい場所に移動してください。

④ 日頃の健康管理:定時の体温測定、健康チェックをしましょう。平熱を知れば、発熱に早く気づけます。また、体調が悪いと感じたら、無理せず自宅で静養しましょう。

【厚生労働省『新しい生活様式』における熱中症予防行動のポイント】

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_coronanettyuu.html



=季節のコラム=

7月7日は七夕祭り。彦星と織姫が無事に会えることや願い事を短冊にして飾りますね。

その昔中国では、女性が7月7日の夜に、7本の針の穴に美しい彩りの糸を通し、捧げ物を庭に並べ、針仕事の上達を祈ったとか。その乞巧奠(きこうでん)という行事と織女・牽牛伝説が結びついて、七夕になったようです。日本には奈良時代に伝わり、宮中で詩歌・裁縫・染織などの技芸の上達が願われる行事があったという記録があります。江戸時代には、市井の人々が手習い事の上達を、五色の短冊に書いて願うようになりました。

現在の中華圏では七夕は「愛情節」と呼ばれ、願い事はしないようですが、やはり恋人たちの日のようです。(鹿島)



社会保険労務士法人つむぎ

〒540-0012

大阪市中央区谷町2丁目1番22号

フェアステージ大手前ビル7階

電話: 06-4397-3358

FAX: 06-4397-3359

Email: info@sr-tsumugi.or.jp

営業時間

平日 9:00~18:00

HP: <https://sr-tsumugi.or.jp/>

2、ただいま注目！「レジリエンス」

「レジリエンス」をご存じですか？ これは逆境や困難を乗り越える力を表す概念で、メンタルヘルスの分野では「逆境でも折れない、しなやかな心の強さ」といった意味合いで使われます。

その定義は人・団体によりさまざまですが、アメリカ心理学会では、「逆境、心的外傷、悲劇、脅威、あるいは家族や人間関係問題、深刻な健康問題などから派生したストレスに直面したときに、それうまく適応するプロセス」であるとしています。

経済環境がめまぐるしく変化し、企業間の競争も激化している中、逆境や困難にあっても高いパフォーマンスを発揮することのできる人材が強く求められるようになってきています。

また、メンタルヘルス不調による休職等の問題に対応するため、不調を事前に防ぐ一次予防として個人のメンタルパフォーマンスを高める重要性が指摘されているところです。

こうした状況を背景に、近年、レジリエンスへの関心・注目度が高まっており、レジリエンスを習得するための研修を実施

する企業も増えてきました。

レジリエンスが高い人物は、さまざまな場面で活躍することが期待できます。具体的には、レジリエンスを高めることで、柔軟な思考や試練に負けなたくまさが身につき、仕事でのトラブルやミス、責任の大きな局面にも適切な対応が可能になるとされています。

アメリカ心理学会は、レジリエンスについて、「人が持っている・持っていないなどの適性ではなく、困難な経験からの回復を意味する行動や思考、行為が含まれ、誰でもが学習し発達させることができる」ものであるとしています。

社員の能力開発の一環として取り入れてみてはいかがでしょうか。



3、今月のおすすめ本

今月は「社会に法則あり 素直に行動 素直に生きる～私 本気なので～」(出版;高木書房)をご紹介します。

(株)ドリームジャパンの社長 長原さんの会社づくり、人間づくりの経験談をまとめた本です。

長原さんは、薬物中毒となり逮捕されるものの、会社を起業し、経営者として学び実践されている方です。

その傍ら、前科者の職親になられ、再犯防止活動にも力を注いでおられます。

自らがやってしまった過ちから、20年。経験しているからこそ、言葉に重みもあり、乗り越えてこられた壁の大きさを感じました。

苦悩しながらも前に進み、地域・社会に貢献されている姿は、見習うことが多いと本当に感じました。

自分自身はどうなのかと、問い直す良い1冊になります。

千房の社長さんも登場しますよ！！

(川東)