

# 5月

ゴクローサン

## 5963 ハート通信



VOL. 106 竹原運輸株式会社

発行日 令和4年5月15日

### 事務所スタッフからの一言

皆様、日頃は格別のご愛顧を賜りまして誠にありがとうございます。  
心より感謝を申し上げます。

**無駄な争いをなくす。**

これが私の最近のテーマです。

大きな話題で言えば、ウクライナ問題を考えるとそう思いますし、  
身近なところでは家庭や会社、趣味のサークルですら、無駄な争いを目にします。

どうも人間は争いが好きな動物のようです。

歴史を見ても戦いによって世の中が変わってきました。

それは本当に争わなければいけないことなのか？

穏やかな話し合いで解決しないのか？

そろそろ無駄な争いから卒業したい。

そんな思いから私の行動規範は、肯定ファーストと共感。

今までの否定と命令からでは、争いはなくなりません。

相手を肯定し、共感して、否定しない、命令をなるべくしない、  
を現在の信条としている今日この頃です。



竹原和行

## 竹原運輸株式会社 安全規則4か条

当社は「**日本一、不安全事故のない会社**」を追求しています。

「事故のない会社」とは表現しません。「事故」という言葉を社内ではなるべく使用しないようにしています。マイナスのイメージを連想してしまい、事故を引き寄せてしまうからです。

ですから「事故」を「不安全事故」と表現し、「安全」という言葉を使って事故を表現しています。

「未来は語った言葉でつくられる」と言われています。「できない」「つらい」等、なるべく否定的な言葉は使わないように気を付けています。

又、社内で安全規則4か条を定めています。

**スピード控えめ**

**車間時間4秒**

**交差点左右確認**

**後退時後方確認**

この4か条を点呼時に全員が唱和しています。

広く世の中から、強く求められる会社を追求します。



社長 竹原正和

4月になると、どこの小学校でも新しいピカピカのランドセルを背負った可愛らしい子供たちを見かける事が多くなります。

小さな体でお兄ちゃんやお姉ちゃんについて行こうと、半分小走りで歩いている登校の姿は微笑ましさを感じ、頑張れ～と応援したくなりますね。



私事ではありますが、私の孫がこの春から小学校へ入学しました。昨今は、ランドセルの購入も入学1年前からが普通のように、ランドセルの種類・色と目移りするほどあり、男の子は黒、女の子は赤といった私たちの時代とは全く違い、男女隔てなく好きな色を選べるなどジェンダーによる一人一人の個性を大切にする時代なのだなと痛感しました。

毎朝、真新しいランドセルを開き、その日の持ち物を娘と二人で確認して、嬉しそうに集団登校の待ち合わせ場所に歩いていく後姿をみると、今日も1日頑張っといよと応援すると共に、私自身も背筋がピンと伸びる思いがします。

沢山の事を学び、健康で健やかに楽しい小学校生活を送れることを願うばかりです。

大橋 哲夫

新緑が美しい時期となり今年も早半年が過ぎようとしています。

昨年の富士登山以来、時間ができたときは山登りをするようになりました。

今の時期は残雪が残る高山には行けませんが近くの低山に出かけています。昨今のアウトドアブームに加えコロナの影響もありどこの山に行っても必ず何組かの登山者と出会います。福井や近県の石川、滋賀の山を調べようと図書館に本を借りに行きましたがどれも貸し出し中で係りの方から予約しないと借りられないと聞き登山ブームの盛り上がりを実感いたしました。また、キャンプ用品の売れ行きがすごい状況とも聞きますし、ワークマンが作業服以外にもアウトドア用の製品を取り扱うようになったなど様々な方面にいろんな影響があることをあらためて感じさせられます。

私個人にとっては気軽に始めた山登りですが、様々なこと、ものが密接に関わりあっているいろいろな影響がでることを図らずも身近に感じる事ができました。

これからも登山は続けていくつもりです。

今年は白山に挑戦しようと考えています。



景山恒司

藤の花がたわわに実って藤棚は満開。キレイな紫が私の足を止めて仕方ありません。

この時期は地元で開催される例大祭のことで頭の中は祭り色に染まり、心の中はウキウキ、ドキドキ、ワクワクと燃え上がる祭り色で染められます。

祭り色?って何色でしょ?(笑) 幼い頃から初夏の風物詩である「三国祭り」は藤の花が咲くころに必ずやってきました。北陸三大祭の一つと称せられる「三国祭り」は地元の学校は休校、職場も休業にするほどの賑わいで湊町は祭り色に染まるのです。呼び物の山車が6基、大神輿と舟神輿が一日かけて町内を巡行します。狭い三国町の路地いっばいに露天商が軒先を揃え、5月20日の祭り中日には県内外からも多くの見物客で賑わいます。

祭りに携わる奉仕人は各町内の心意気を披露いたします。

私もそんな地元が大好きで祭りが大好きで舟神輿の奉仕人として毎年、欠かさず参加してきました。が、2年前から祭りは中止、去年は規模を縮小しての開催。今年の祭りは色んな感染対策を徹した上での山車巡行、露店も170ほどに抑えて開催されるようです。

ところが私たちの舟神輿だけ今年も中止。私たち役員と担ぎ手で100人以上が密で掛け声なんて感染症対策には程遠いパフォーマンスです。「仕方がない」と53歳の心に納めているところなのですが藤の紫は簡単には諦めさせてくれません。

いつもなら5月20日を愛おしく待ち、過ぎていくことが恐怖にさえ感じていたのですが、今年早く駆け足で過ぎ去ってほしいと思っていますところでは。

物心がついてからの色の習慣はなかなか変えることができないと感じました。結局、祭り色って紫?赤?黄?答えは見つかりませんが、来年も藤の紫に心踊らされる54歳でありますようにと願う小生なのでした。

[老少不定]と昔のお坊さんがお手紙を書いたそうですが、老いているから、若いから、ではなく、定めなどありませんという意味だそうです。

つまり、いつなにが起こっても不思議なことではなく定まっていないということです。

今を受け入れて今を精一杯楽しみましょう。



池上則和

空青く初夏の季節になりました、いかがお過ごしでしょうか。

この時期は、初心者マークの付いた車をよく見かけます、慎重に運転をしている車に、大丈夫かなと思いつつ防衛運転をしています。

私の息子は運転免許を取得して7年、私からのお下がりの車を運転していましたが、とうとう息子が希望する車を買う事になりました、

今回の車には色々な安全装置がたくさんついていて驚きました。

私は装置に頼るのではなく、やはり基本はルールを守る事、

初心者の時の気持ちを忘れない事だと思います、

これからも私は安全運転を心掛けます。



越 邦治

GW もいつの間にか終わり日に日に気温も上昇し過ごしやすい季節になりました。わたくし、極度の寒がりです。昨年などは真夏の間もユニクロのダウンベストを着こんでいました。今年は少し体重が増えたせいかあまり寒くもなく、もうベストは着ていません。

ハート通信締め切りも明後日に迫り本日土曜日の午後、事務所にてパソコンと向き合って作成しております。本日朝よりベネット事務所移転にともなう本社事務所の模様替えを致しました。お休みのところ女性社員さんも作業しに出社され又、ドライバーさんの若手社員数名のご協力もあり、皆様のお陰あって3時間程で完了致しました。日頃の引っ越し業務にも携わる方々、手際が良く流石と感服致しました。皆様お疲れ様でした。そして有り難うございました。

机移動やパーテーション・カウンター移動などレイアウトを変え又、

入口右手の応接ブースも復活し随分と使い勝手が良くなり、

イメージも変わったのではないかと思います。

近くにお越しの際は是非お立寄り頂けたらと思います。

事務所レイアウトが新しくなってきた、

気持ちも新たに仕事に取り組めると感じています。



白崎 直樹



いつもお世話になりありがとうございます。

あちこちで田植えが進み、茶色い景色に緑色が増えて気持ち明るくなります。

今年のゴールデンウィークは3年ぶりにコロナの緊急規制が無いということで、帰省や家族旅行のニュースを沢山目にしました。

楽しそうにしている子供の笑顔は見るだけで癒されますが、同時に感染者数が増えたりすることはある程度織り込まなければいけないと思いました。

テレビではマスクをしている人しか写さないのかと思うほど全員マスク着用でしたが、小さい子供が当たり前マスクをし、若い人達はマスクを外して人前に入る事を躊躇うという現状があるとも聞きます。もう単純にコロナ前には戻れなくなっているとする、時代の節目であり油断しているとアップデートできずに取り残されるのではないかと心配になります。

「わんぱくでもいい。たくましく育てよ」という子供のころに聞いたテレビコマーシャルのフレーズがとても好きで、私が子供と接する時は潜在意識中に有ったと思います。40年くらい前にインストールしたままなのが更に心配を煽っています。



辻川 伸吾

年齢を重ねていくと、物忘れって多くなってきますよね？

自分も最近、物忘れが多くなってきたような気がします。ちょっと前まではハッキリ思い出せた事がぼんやりとしてきました。物忘れにも、思い出せない、記憶に残っていない、記憶がすり替えられている等いろんな忘れ方がありますが、そのままにしておくと仕事や日常生活、人間関係にまで悪影響を及ぼしかねません。

そこで、記憶力を向上させるための良い習慣を取り入れて、記憶力を回復させていければと思いろいろ調べてみました。

- ① 睡眠をとる ② 昼間10分目を閉じて深呼吸
- ③ 25分集中したら5分休む ④ 人と話をする
- ⑤ メモに書き脳の記憶する量を減らす ⑥ 日記をつける
- ⑦ 運動する 調べてみると他にもいろいろな方法があります。



物忘れをする事によって仕事や日常生活で他人に迷惑をかけてしまうなんて事もありますので、少しでも効率良くなればいいなと思います。

谷口 学

いつもお世話になっております。

今年のゴールデンウィークは皆様どのように過ごされたでしょうか。私はカレンダー通りでしたが、10連休された方もいらっしゃると思います。

久しぶりにテレビのニュースでも海外へ旅行される方、国内旅行、高速道路の渋滞との報道を観るとコロナ禍の前に少しずつ戻って来ているようですね。

過去のハート通信の原稿を振り返ってみると、私のGWはいつも家でゆっくり(?)しているようで、コロナ禍前と後で何にも変わっていないみたいです。

ただ、昨年GW中に義母が亡くなったので、はや一周忌でGWになると「おばあちゃんが亡くなって何年経ったな」という会話に今後なると思います。時間が経つのは早いなと思ったGWでした。



吉川 佳代

いつも、ありがとうございます。

入社してから、〈高血圧〉の話をよく聞くようになったので改善策はないか調べてみました。

高血圧は、自覚症状も少なく脳や心臓の血管が切れたり、詰まったり…と怖い症状だと思っていました。

でも、「命を守るため」の危険を教えてくれるサインと思うと有り難いような…自分でできる事はやはり、健康体にする 睡眠・食事 ですが、体の下部にある第2の心臓とも呼ばれる《ふくらはぎの筋肉》を毎日少しずつ鍛えると血を上に戻し血圧は正常になるみたいです。

背伸び程度でもいいみたいなので、取り入れやすいですね。



「背伸びしながら朝礼」とかいいかも知れません。

笠島 弘江

お世話になっています。

今月もビジネスで使える心理学を一つ紹介します！

### 【ミラーリング】

相手の行動をマネすることで、相手に親近感を持たせて商談などをうまく運びやすくするテクニックです。

人は自分と似ている人に親近感をもちます。

ビジネスで使うとしたら

- 相手が笑ったらこちらも笑う
- 相手がコーヒーを飲んだらこちらも飲む などです。

潜在意識に働かせるものなので、

相手に気づかれないようにやるのがポイントです！

相手が何らかのリアクションをしてから

3、4秒空けてミラーリングをすると

ミラーリングとしてごく自然な感じになるそうです！



中野 夏海

いつもお世話になっております。

先日、夏野菜の苗を植えた時に、子どもから「コンパニオンプランツ」という言葉を教えてもらいました。

コンパニオンプランツとは、育てたい野菜や花のそばに植えることで良い影響をもたらす植物のことをいいます。

別名「共栄作物」「共存作物」とも呼ばれ、コンパニオンプランツを植えることで、病気や害虫の被害にあいにくくなる、生育がよくなるといった作用があります。それぞれの強みを活かし、互いに助け合って育成するそうです。

コンパニオンプランツの様に、人間関係においても相手に対して求めるのではなく、お互いを思い高め合えて成長できる、そんな関係が築けたら素敵ですね。



森陰 瑛津子