

エスユー通信



社長挨拶

皆さん毎日の作業お疲れ様です。まずは新年あけましておめでとうございます。本年も宜しく願い申し上げます。昨年末の繁忙期、年始の特別配送につきましては、現場の皆様、事務所の皆様、ご家族の皆様のご協力を賜り誠に有難うございました。大きな事故もなくお客様からの感謝のお言葉も頂戴しております。本当に有難うございました。さて、昨年は災害の多い年で、台風、地震等の災害が頻発した年でした。社内においては、働き方改革に基づく、労働時間の短縮や、それに伴う給与の減少を防ぐための値上げ交渉や、労働環境の改善要求を近年になく行った年でした。事務所スタッフと現場の皆さんのお陰で、最低限必要な交渉結果は出すことが出来ました。事業会計年度も残り3カ月で1年の努力の成果も皆さんと喜び合える結果が望めるところまで来ております。皆さんの努力とご協力に感謝を申し上げます。

2019 年変化の年 ～「皆で喜び合う」ために～

今年には年号の変更や改正貨物自動車運送事業法の改正、消費税の増税など大きな事案が予定されている年です。自然災害だけでなく時代や法律の変わり目で大きな変化の年となることが予測されます。本年も皆様と情報を共有し目標を共有して、あらゆることに対応し、乗り越えて行きたいと思えます。そして今年度も昨年以上に将来を期待できる会社になるべく、更なる労働環境改善と労働報酬を向上させる取組を皆さんと行って参りたいと思えます。それには一人一人の任された役割を全うすることを更に進捗させることです。現場は安全と品質の向上と経費の削減を行い、お客様からの信頼を得て環境改善、賃金アップ交渉の材料を創出すること。現場の状況を報告し、お客様の営業交渉へ協力すること。自社の経費削減から利益を創出すること。仲間を増やし、お客様へ提供するサービスをさらに増やして利益金額を増やすこと。事務所は現場の状況を確認し、データ化、書面化、可視化した資料を持って、お客様と一緒に良くなる方法を提案すること。新運送約款や改正貨物自動車運送事業法に基づいた交渉を行い現場の労力を有償化し、生活が豊かになる実感の得れる環境を創出すること。新しい働き方、多様な働き方を創造し、労働力確保に努力すること。新しい技術や製品、プラットフォームを駆使して、業務の簡素化、安全と健康を維持できる業務の創造をすること。この他にも多くの取り組むべき内容はありますが、少なくともどちらの役割も私達の目指す「皆で喜び合う」ためには昨年よりも1ミリでも向上させなくてはなりません。どうか本年も皆様とご家族をはじめとする支えて下さる方々の安全と健康を願いますと共に、社業を通して皆さんと一緒に目標を達成できますようご協力を宜しく願い申し上げます。

代表取締役 清水 英次



インフルエンザ対策



今日ではインフルエンザが大流行していますね。特に1月下旬から2月上旬にかけて流行のピークを迎えると言われています。予防接種を受けた方もいらっしゃるかと思いますが注意が必要です。今回はインフルエンザの予防方法について紹介したいと思います。

予防の基本3ポイント

【手洗いうがいの徹底】

手洗いは接触感染を防ぎます。また、うがいのはのどを潤すため乾燥を防ぎ、免疫力を高めます。

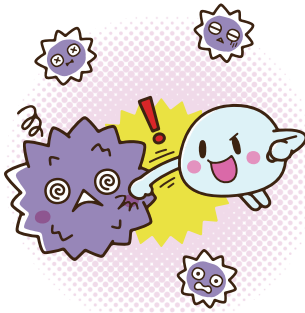


【乾燥を避ける】

ウイルスは乾燥を好み、湿気を嫌います。加湿器などをかけて対策をしましょう。濡れタオルを干すだけでも効果があります。

【十分な栄養補給と睡眠を摂る】

感染しないための一番のポイントです。免疫力を高めて感染のリスクを減らしましょう。



対策方法

① 歯磨きで感染予防！

歯磨きも予防になる事を皆さんご存知でしょうか。これは口腔内の細菌がインフルエンザウイルスの感染を促進する可能性がある為なのだそうなんです。ここでは歯磨きのポイントについて紹介していきたいと思えます。



【朝は起床後すぐ磨く】

起床時は睡眠中に繁殖した細菌が口内に多く生息しています。歯磨きやうがいをしないまま食事を取ってしまうと、ウイルスや細菌も一緒に飲み込んでしまうことになるため、起床後の歯磨きは重要です。

【就寝前は念入りに】

寝ている間は唾液量が減り、細菌が繁殖しやすい状態になります。就寝前の歯磨きを丁寧にを行う事で細菌の増殖を防ぐ効果があります。

【舌も磨く】

細菌は舌の上にも生息しています。歯ブラシで舌をまんべんなく軽めにこするだけで効果があります。

② ビタミンDを摂ろう！

ビタミンDは強い骨を維持する効果などがあり、健康のために必要な栄養素です。インフルエンザだけでなく様々な病気の対策に効果的だと言われています。

【日光を浴びる】

日光浴でインフルエンザを予防するには、1日に1時間以上は日光を浴びる必要があるそうです。

【食事から摂る】

ビタミンDが豊富に含まれる食材といえば、魚類や、キノコ類があげられます。特に「マイタケ」は予防に効果的だと言われています。鍋物、汁物に入れるだけで簡単に摂取する事が出来るのでオススメです。

以上『インフルエンザ対策』の紹介でした。どれも簡単に始められますので皆様是非お試しください！



清水運輸 FB



清水運輸 HP

清水運輸グループ 祈祷会

2019年2月17日・24日

上記の2日間にかけて各事業所にて祈祷会が行われます。全乗務員および従業員の安全と無事を祈願致します。皆様是非ご参加下さい。



お知らせ

