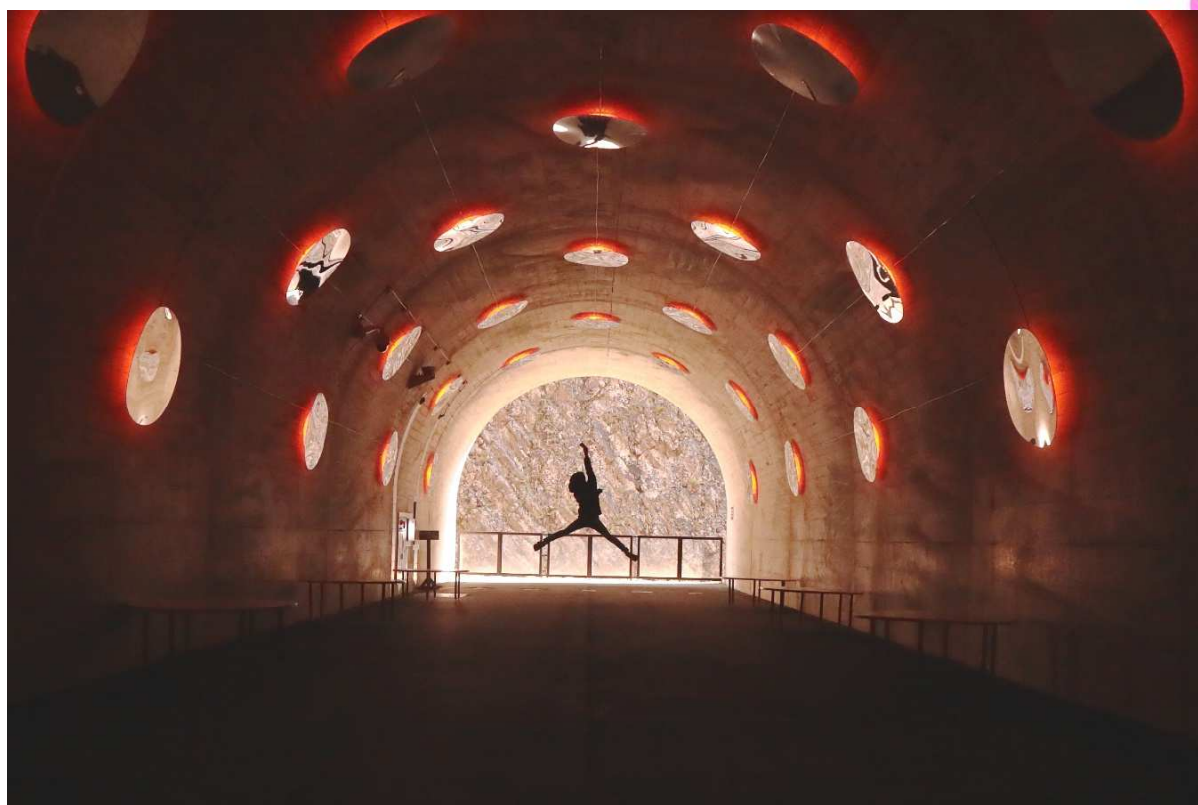


O & K VOICE

株式会社オーアンドケー社内報Vol.72

2020年6月号



影者: 倉知
撮影場所: 新潟 清津峡トンネル

特殊施工～常務 小宅～

みなさん、日々の業務お疲れ様です。みなさんのおかげで、当社の現場は常にキレイに保たれています。いつもありがとうございます。

さて、今月は、オーアンドケーで先日施工した特殊清掃を紹介したいと思います。

現場は岐阜県多治見市の「多治見トロン温泉 天の湯」という温浴施設で、当社が清掃管理を行っています。スーパー銭湯などの温浴施設は、景観眺望のためにガラスが多く使われています。このガラスや、洗面台の鏡のメンテナンスを怠ると白いウロコのような斑点状の汚れが付着します。付着してすぐであれば除去するのは比較的容易ですが、時間の経過とともに汚れが固着していき、ゴシゴシこするだけでは除去できなくなってしまいます。そのようなガラスや鏡に付着したウロコ状の汚れを、専用の薬剤と洗浄機械を使用して除去してきました。

どうやって除去するの？！

そもそも、このウロコ状の主な汚れは水道水の中に含まれるカルシウム成分やマグネシウム成分です。水を使った後、水の中の水分だけが蒸発して水分以外の不純物が残ってしまうことが原因です。カルシウムやマグネシウムといった成分はアルカリ性の性質があるので、酸性の性質物とよく反応して柔らかくなります。ですから酸性の薬剤を使用し、それでも除去しきれないものについては機械を使って物理的に除去しました。



白いウロコ状の汚れが付着しています



専用薬剤と機械を使用して除去します



[上半分] 除去済み[下半分] 未施工
ハッキリと違いがわかりますね！

みなさんの中には、お風呂場の鏡などに同じようなウロコ状の汚れが付着してしまってお困りの方もいらっしゃるかもしれませんね。そういった時には、酸性の液体（サンポッカやレモン汁でも大丈夫です）を汚れている部分に吹きかけて、しばらく放置してください（キッチンペーパーやガーゼなどを使って、湿布状態にすると効果が高くなります）。その後、鏡やガラスに傷がつかないようなスポンジでゴシゴシこすると簡単に除去できますよ。ぜひ試してみてくださいね。



写真整理はシンプルに～管理本部 伊藤～

最近、スマートフォンやカメラの性能が上がり、老若男女問わず写真を楽しむ方が増えてきたように思います。そこで、皆さんは撮った写真をどのように管理していますか？プリントをせずにデータのまま保存し、これといった整理をしていないという方が多くを占めているのが現状ではないでしょうか。

しかし、それではせっかくの素敵な写真が可哀想です。私は、“整理収納”に興味があり、整理収納アドバイザー1級を取得しました。今回は、その知識を踏まえながら、写真整理の一例を紹介したいと思います。

■写真整理の基本ルール■

- アルバムは1年に1冊
- 毎月写真を11枚選んで印刷
- コメントは月に1枚だけ

【整理のための第一歩は、「データを一箇所に集める」こと！】

はじめに全体量を把握することが整理の基本です。バラバラに保存されているものを外付けHDD（ハードディスク）などにまとめることで、どんな写真があるのかもわかり、選びやすくなります。

【「見返しやすい」を重視して、1見開きに収まる10枚前後を選ぶ】

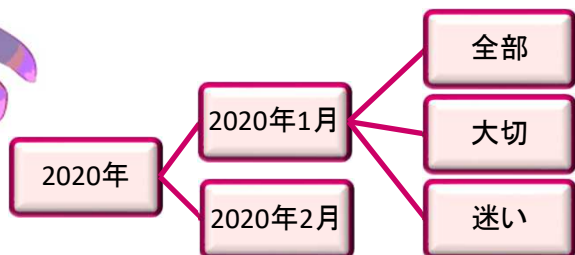
ご自宅で使える収納スペースを算出します。私の場合は、リビングの棚に収納スペースを設ける事として、そこから1年1冊という目安を割り出して、1ヶ月あたり1見開きがちょうどいいということになりました。10年くらい（10冊）は続けたいと思い算出しました。

【思い出などのコメントは、写真と同じサイズで簡潔に】

思い出や育児のコメントを写真1枚ずつに付けていては大変で、整理も長続きしません。箇条書きで簡単なコメントを1ヶ月1枚分と決めて綴ると、ストレスなく続けられます。また、冷蔵庫など、思い付いた時に直ぐ記入できるよう貼り付けておくのも良いですね。

【印刷しない写真データは分類分けをして保存しておく】

印刷しなかった残りの写真データは、見返す時に探しやすいよう年月で分類し、さらに「大切」「迷い」のフォルダに分けておくといいです。※「迷い」・・・「大切」に入らないが、迷った写真



切り抜きなど凝ったアルバムも素敵ですが、シンプルで厳選された写真だけを綴ったアルバムは見応えがあり、管理も簡単で続けやすいです。

プリントをしてアルバムを作っておくと、自分以外の方にも写真を楽しんで頂けます。また、私の場合は子供の写真を整理していますが、2歳の息子も過去の写真を見て喜んでいきます。データのまま保存しておくと、このように見返す事が少なくなります。ぜひ、ご自身で作られたアルバムを通して、素敵な思い出を皆さんと共有してほしいです。



(参考書籍:「子どもの写真整理術」Emi)

社長の独り言～免疫細胞活性化！（中京テレビ「ZIP！」より）～

免疫細胞とは、外から入って来た病原菌やウイルスに対してやっつける為の治癒力で、免疫力が低下すると風邪を引きやすくアレルギーの症状が出やすくなります。自己防衛能力を高めるには、当たり前ですが、バランスの良い食事、運動、睡眠が必要です。

日光浴で免疫力アップ？

日光を浴びると何も口に入れなくてもビタミンDが生成され、細菌・ウイルスを殺し、抗菌ペプチドを作らせる働きがあり結果的に免疫力が高まるようです。室内でも日光を浴びながらの昼寝が効果的で、熟睡できなくても目をつぶって脳を休ませる事でリラックスし、それにより白血球の働きが正常化し免疫力アップが期待できるようです。

また、肩のストレッチは、首の周り・肩の周り・脇の下の近くに褐色脂肪細胞があり、刺激すると体が温まります。体が温まることで免疫細胞が活性化し免疫力アップにつながる為、毎日継続的に行うことが大切ようです。



笑・猫で免疫力アップ？

“笑”に関して次のような論文が発表されています。山口大学医学部田中愛子教授が、免疫細胞の1つ「NK細胞」は、お笑いビデオ視聴によって笑ったことが免疫機能に良好な影響を与えているとの事です。

同じく、海外の様々な研究からも免疫力アップ情報が発表されています。フランスの獣医師ジャン＝イヴ・ゴシェ氏の発表によると猫のゴロゴロを聴くと「幸福ホルモン(セロトニン)」を増やしリラックス状態になるそうです。猫がゴロゴロ鳴くのは、猫自身がリラックスしているときや幸せを感じているときで、飼い主になつた猫が抱きかかえられたときなどによくだすゴロゴロ音です。猫と戯れスキンシップをすることで「幸せホルモンオキシトシン」が分泌されるようです。



音楽で免疫力アップ笑？



ドイツの神経専門家ロニー・エンク博士によると、ダンスミュージックを聞いた人の「ストレスホルモンコルチゾール」のレベルが低下したことを発表しています。一般的にはクラシックや癒しの音楽がいいと言われていますが、リラックスにつながることで免疫力がアップされるので、好きな音楽を聴くのがいいと言われています。又、音楽を流しながら手拍子のような一定のリズムで行う運動は、「幸福ホルモン(セロトニン)」を活性化し免疫力を高めてくれるそうです。

免疫細胞の6割から7割は腸に 있다고言われ、腹巻は、お腹を温めて腸の免疫細胞を活性化させ病気になりにくいともいわれています。

この様に多くの事柄が免疫力向上に繋がっているようです。

Pick up!!あなたの現場にお邪魔します～STAFF 020～

今月は、当社で一番多くのパートスタッフが勤務している現場“エアポートウォーク名古屋”に所属している有働さんをPick up!!しました。こちらは、60名近くのクリーンスタッフが日々広大な館内を効率よく清掃してくれていますが、中でも有働さんは勤務年数11年目という大ベテランです！



エアポートウォーク名古屋
有働 浩文さん

Q1:業務で一番大変なことはどんなことですか？

閉店後の夜の清掃は、限られた時間内で作業を済ませなくてはならないことが大変です。そんな中でも、細かい所は念入りに清掃しています。特に、床がカーペットなので、そこにシミがあると集中して清掃したり張替えをしたりしながら対応しています。

Q1:業務で工夫していることはありますか？どんな事ですか？

作業前は早めに現場に入り、各作業現場の汚れの状態を確認して、その日の段取りを構成するようにしています。また、朝礼時に確認した場所を報告し、汚れのひどい所は念入りに作業するよう他のスタッフに指示しています。

Q3:現在または今後の意気込みを聞かせてください！

食品売り場の通路など、お客様から“綺麗ですね”と言われるように頑張りたいです。また、レジ回りなど、お客様が多く通るところは床が汚れやすいので、そのような場所にも意識を向けながら作業に取り組んでいこうと思います。



Q4:VOICEを読んでいるパートスタッフの皆さんに、伝えたいことはありますか？

作業中に困った事や分からない事がある場合は、自分勝手な行動をせず、必ずリーダーや責任者に“報告・連絡・相談”をすることが大切だと思います。皆さんも一人で抱え込まず、周りに話をしてください。

【編集長】 店内の床がカーペットというこちらの現場は、やはり他の現場にはない機械や作業がありますね。また、作業前にしっかり清掃現場を確認されているところは素晴らしいですね。リーダーと伺いましたが、その熱心な作業状況を聞いて納得しました！今後も多くのスタッフを束ねるリーダーとして、頑張ってください。



BCPの取り組み

■BCPとは■

BCPとは「Business Continuity Plan」の略で、日本語では「事業継続計画」と呼ばれます。

企業が「緊急事態」に直面した場合、損害を最小限に食い止めつつ、中核となる事業を継続もしくは早期に復旧させるため、緊急時における事業継続のための方法などを取り決めておく計画のことです。

「緊急事態」にはさまざまな状況があります。最もわかりやすいのが地震や台風といった自然災害です。また、現在起っている新型コロナや新型インフルエンザによるパンデミックなども該当します。停電、原子力事故、テロといった外的リスクに加え、食中毒や個人情報の流出など組織の内的リスクも対象となります。

このような「緊急事態」に素早く対応するため、当社も本社でチームが発足されBCPの策定を行いました。

BCP策定に伴って、以下の内容も策定されています。

- BCP基本方針
- 安否確認実施マニュアル
- 災害用備蓄資料

※この安否確認実施マニュアルには、4月の給与明細に同封された「重要なお知らせ」でも案内した、ビジエネ連絡網のサービス利用についても記されています。

BCPは、緊急事態の際、企業
のリスクを最小限に抑え、
速やかに事業の再開を目指す
ことを目的としています

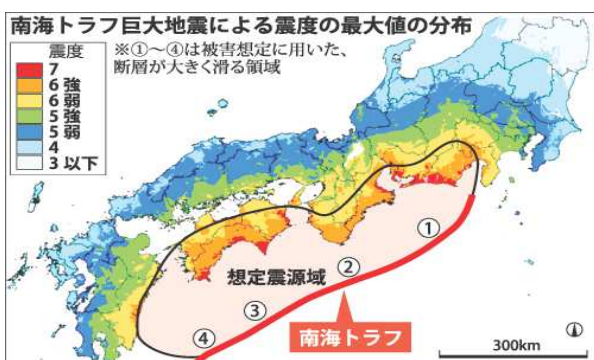


■BCP基本方針■

株式会社オーアンドケーがBCP(事業継続計画)を策定し、運用する上での基本方針

- (1)従業員・家族の安全を確保し、会社資源の保全を図り、その上でお客様及び地域の人々に対する社会的責任を果たしていくことである。
- (2)BCP基本方針は、基本理念に直結する。
- (3)地震・津波・自然災害対策は、経営管理上の最優先である。
- (4)その目的は、早期復興によりお客様へのサービスの安定供給と事業の継続確保である。

【南海トラフ巨大地震の被害想定】



パートスタッフの皆さんは、当社がBCPに取り組んでいるという事をご承知おきください。また、それに伴う安否確認のツールとして、「ビジエネ連絡網」の登録にご協力頂きたいです。