



## フォークリフト講習 実施

9月26日(土)と10月3日(土)の2回に分けて、外部講師としてトヨタL&F中部株式会社様より販売課課長杉浦一成様、鈴木海斗様、藤原克倫様をお招きし、本社構内にてフォークリフト講習が行われました。管理部の稲橋係長よりコメントをいただきましたので掲載致します。



受講中の様子



今回は武蔵精密工業株式会社様の仕事に携わる方、42期にフォークリフトに関する事故を起こした方、入社1年未満の方を対象とし、そして、その他にも希望者や見学者(各グループリーダー・名古屋ライナーの方々)と沢山の方に参加及び見学をしていただきました。

講習では、カウンターリフトの基本操作方法と指差呼称のタイミング等をわかりやすく説明していただいた後、実践していただきました。フォークリフトは簡単に操作ができ、大変便利な乗り物である一方で、死亡事故も多数発生するほど大変危険な乗り物でもあります。乗車する際は基本をしっかり守り事故の無い様に注意して下さい。効果的な手法として指差呼称が必要不可欠となります。事故が起きないように指差呼称を行い、確認漏れをなくしましょう。

今後もフォークリフト講習を定期的に行い、全ての乗務員さんに参加していただく予定です。一度の講習で15名程しか参加できないため時間がかかりますが、積極的に参加していただき、基本をしっかりとし身に付け、事故を少しずつでも減らせるように皆さんで一丸となって取り組んでまいります。

管理部 係長 稲橋宗一

### 受講された方からのコメントを一部抜粋して掲載致します。

- 今まで自分の感覚で運転していて、リフト運転に対する意識が薄かったと改めて感じました。基本動作を忠実にを行い、自らの癖を直してパーフェクトにこなしていけるように頑張ります。そして、事故ゼロを目指します。
- 免許を取得してから約1ヵ月半で復習のような形で受講することができ、改めて自分が省略しているところが再発見出来ました。一つ一つ危険な事を事例で詳しく教えて頂けたことが、安全にリフトを操作するうえでとても身になりました。安全なリフト操作が習慣化できるように、日々の積み重ねで事故の無いように作業していきます。
- 忘れていたことを再確認でき、とても良い講習でした。レバーに手を置いたまま動作をしてしまうことや、同時に操作してしまう(前進しながらフォークを動かしてしまうなど)悪い癖があることを理解できました。基本に沿った動作・操作をして安全確実な作業をしていき、マイシンさんで良かったと言われるような業務をしていきます。
- 今年の5月に技能講習を修了しましたが、たった数ヶ月で教えて頂いたことを忘れてしまっていることに気付かされました。日々意識して実践しなければ、安全な作業から遠のいてしまうと危機感を持ちました。今回の講習で教えて頂いたことを守り、愚直に行うことで安全なリフト操作を身体に完全に染み込ませていきます。そして、「荷物事故ゼロ」を貫き、自分自身がリフト操作の安全モデルになることを目指します。
- フォークリフトは作業に欠かせない便利な乗り物ではありますが、自分が思っていた以上に危険な乗り物であることが分かりました。忙しくなると指差呼称が疎かになることや、流れ作業になりがちになることがあるため、忙しい時ほど余裕を持って作業できるようにしたいです。そして、常に周囲の状況を把握し、譲り合いの気持ちを持って安全を最優先していきます。
- 指差呼称を行う際、前方・後方の順で確認する癖がついていましたが、進行方向の逆から指差呼称を行うことを教えて頂き間違えて覚えていたことに気付きました。指差呼称と自分の事故の原因となった荷物手前の一旦停止、フォークの位置確認を行っていなかった点を反省し、これらに必ず取り組み安全第一で事故を起こさぬよう業務に取り組んでいきます。

# 大型 25 トン車 納車式

10月5日(月)に浜松東営業所で使用されるトラックの納車式が本社にて行われました。牟呂八幡宮様にお越しいただき、安全を祈願してご祈祷をしていただきました。新車には浜松 3G の Y・Y さんが乗車されます。



大型に乗り始めてまだ半年で新車に乗れて楽しみという反面、不安もあります。今まで乗っていたトラックに比べ安全面や冷凍機等が新しくなっていますが、過信し過ぎないように使いこなしたいです。

荷物・車両事故を起こさないよう、そして事故ゼロで胸を張って仕事ができる人だと思われよう業務に取り組んでいきます。

浜松 3G Y・Y



納車式の様子



## ゲートキーパー研修

豊橋市の今期重点施策の一つである、社会生活機能の維持・向上の為、9月25日(金)に豊橋市保健所健康増進課の渡辺様・岡本様によるゲートキーパー研修が本社にて行われ、総務部の山田課長と山本主任、管理部の平野主任が受講されました。



受講中の様子

### ゲートキーパーとは？

悩んでいる人に気づき、声を掛け、話を聴き、必要な支援につなげ、見守る人のこと。

豊橋市の交通事故死が月に1名ですが自殺者は6~7名と多く、そのうち男性が76%、年齢は40~50代と社内の年齢層と重なっていました。正直なところ、うつ病と聞くと関わりたくないなと感じていました。それは、話を聞くことで自分の心と考え方が引っ張られるのではないかと怖かったからです。誰しもうつ病になりたくないと考えていると思います。しかし、自分で気付かない間に自分を追い込んでしまうことは誰にでもなり得ることだと学びました。心のバッテリーが切れそうな小さなサインに気付いたら、周りや行政の力も借りながら支援ができたらと感じました。

また、うつなどのメンタルなことだけでなく、人と話をする際に自身の経験で考えて伝えていることに気付きました。うつ病への備えは個人でも大切です。自分の経験を相手の経験と混合せず、ありのままを聴き、相手の感情を肯定し、解決策を探さないことを意識し、耳を傾けるようにしていきます。そして、行政の活動を知ることによって窓口が広がるのが分かったので、行政の発信する情報を社内に活かしていきたいです。 総務部 課長 山田真理子

ゲートキーパーは聞きなれない言葉でしたが、どんなものかを実践を交えて丁寧に教えて頂きました。相手からこころのSOSを汲み取り、私生活やデリケートな事について向き合う必要があります。研修では、普段の生活で身近な人のちょっとした変化に気付けるようになるヒントを学びました。また、「うつ状態」の5項目チェックが1つでも当てはまるとうつ状態になっていること、そしてそのうつ状態が2週間以上続いて日常生活に支障をきたすときは「うつ病」の疑いがあることを知ることが出来ました。

マイシンの基本理念でもある「いつも元気で、いつも明るく、いつも楽しい会社」であるためには、勤めている全員やその家族が心身ともに健康な姿が大切だと思いますので、心地良い環境づくりを目指して行動していきます。そのためにも、点呼場等で普段の様子を把握し、変化に気づき声掛けを行います。そして、健診再検査の方など面談時に適量の飲酒量にセーブ出来ているか、睡眠、体調や心配事、悩みをじっくりと聴き、必要な場合は専門家などの支援に繋げ見守る事ができるように取り組んでいきます。 管理部 主任 平野昌代

過労、育児や介護などの疲れ、孤独感など様々な社会的要因により引き起こされるものですが、今回の研修では自分に身近な家族や友人の不調のサインに気づいた時に取るべき行動を学ぶことができました。『アルコール依存症』『うつ病』『自殺』という言葉を目にすると自分には縁のないものだどこか高を括り、また自分の身の回りで起こらないだろうと他人事を感じてしまう自分がいました。しかし、これらの状況は誰にでも起こりうる可能性のあることで、決して無縁なことではないのだと再認識することができました。

相手に一般論を押し付けたり、相手の話を否定したり、その話題から遠ざかろうと話題をそらしたりすることなく、相手の話に耳を傾けられる人間でありたいと思いました。また、その後は専門的な機関にきちんとつなぎ、相手を見守る道筋を立てられるように、もし身近で起きた場合に冷静に対処できるように今回の研修を知識だけで終わらせないようにしたいです。 総務部 主任 山本京美



# 32年間 お疲れ様でした。



三菱レイヨン(株)(現三菱ケミカル(株))様との取引が始まった時から、32年間ずっと携わり支えて頂いた倉庫部のY・Hさんが9月30日(水)に定年退職されました。Y・Hさんに労いの言葉と共に一般部の上水流主任から祝いの品、管理部の平野主任から祝いの花が渡されました。長年のお勤めお疲れ様でした。



7月頃に腰を痛めてなかなか回復できない状態が続き、迷いに迷っていた時に社長と話し、今がタイミングかなと思いゴールをすることに決めました。今後は身体を労わることに集中し、ゆっくり過ごしたいと思います。本当に長い間お世話になりました。32年間ありがとうございました。 倉庫部 Y・H

## 運行管理者試験 合格

8月23日(日)に運行管理者の試験が行われ、今回の合格率が30.7%のなか、総務部の山田課長と一般部のS・Mリーダー、豊川営業所の原慎悟さんが見事合格されました。



ドライバーの皆さんの仕事に関する資格にも関わらず、今まで総務部で運行管理者試験に挑戦した方がいないことが心に引っ掛かっていました。今回、受験される方がいると聞き、挑戦することを決めました。約3カ月、地道にコツコツと、わからないところは稲橋係長に助けを求め、少しずつ勉強を進めました。講習ではほとんど理解している状態で臨んだので、勉強漏れや弱い箇所が分かり有意義に受講することが出来ました。法は皆さんに平等に関わり、運行においては交通上だけでなく健康上にも常にリスクと危険が伴う為、皆さんを守るためにも発信されていることが良くわかりました。全てを網羅することは難しいですが、今回の結果は一步進むことが出来たと思います。力になれることは微々たるものだと思いますが、これからも知識を得ながら、支えることが出来るよう行動していきます。

総務部 課長 山田真理子



仕事を続けていくなかで必要であると思い、受験を決意しました。結果を知ったときは嬉しさよりも安堵感が一番でした。試験勉強では覚えることがとても多く、繰り返し取り組んでもなかなか頭に入っていかず、かなり苦労しました。今後受験される方は、過去問題などすべての教材に目を通しておいた方が良いと思います。また、計画性を持って勉強に取り組まなければ試験の直前で苦労し、合格の道も遠のいてしまいます。試験に合格することが出来ましたので、今まで以上に乗務員さんが安全運行出来るように仕事に取り組んでいきます。

一般部 S・Mリーダー



昨年、豊川営業所から高橋さんと早川さんが受験・合格された時から次は自分だと感じており、配車をするにあたり直接ドライバーさんに点呼ができ、少しでもコミュニケーションの一旦になればと思い受験を決意しました。試験1カ月前に講習に参加する前まではやる気スイッチがなかなか入らず、講習後に毎日数十分でも必ずテキストを見て勉強するよう心掛けました。何度も読み返すうちに頭に入っていく、過去問を解き事前の模擬テストの結果から自信が確信に変わりました。早めの取り掛かりも大事ですが息切れしてしまうので、試験1カ月前の追い込みが重要だと思います。また、「継続は力なり」ではありませんが毎日必ずテキストや過去問に向き合う時間を作ることも合格への道ではないかと思っています。これから点呼を通してドライバーさんとしっかりコミュニケーションをとり、事故が無いように声掛けをしていきます。

豊川営業所 原 慎悟

## トラックパレード参加



交通安全推進を目的として、(一社)愛知県トラック協会東三支部主催によるトラックパレードが10月3日(土)に行われました。パトカーの先導により交通安全の垂れ幕を付けた計7社のトラックが豊橋市内を走り、安全を呼びかけました。当社のドライバーとして運行4GのT・Mさん、パレードのアナウンス係として総務部のK・Kさんが参加されました。

ありがたいことに昨年に続き、トラックパレードに参加させて頂きました。昨年からの大きな変化はありませんでしたが、相変わらず愛知県の死亡事故が多いことがとても残念に感じました。信号無視、スマホながら運転等危険な行為が事故に繋がります。しかし、いくら自分自身で気を付けてもらい事故等もありますので、周囲をしっかりと確認して運転していきます。

運行4G T・M

この度初めて参加させて頂きました。とても緊張しましたが、パトカーの後部座席からマイクを使って多くの方に届くよう心を込めて安全の呼びかけを行いました。今回のパレードにより、少しでも事故件数が減ることを祈っています。そして、自分で車を運転する時はさらに意識して安全運転を心掛けます。貴重な体験をさせて頂き、ありがとうございました。

総務部 K・K

# 祝 お子様のご誕生 おめでとうございます 祝

この度、本社の乗務員である D・K さんにお子様がお生まれになりました。喜びの声を聞きしましたので掲載いたします。



Q：誕生の瞬間に思った事はどんなことですか？

無事に元気に生まれてきてくれてとても嬉しく、幸せに感じました。

Q：お子様のお名前の由来を教えてください。

ケルシと名付けました。可愛い響きの名前ですが、勇敢であり、強く、勝利という意味があります。

Q：どんな人になって欲しいですか？

人それぞれの違いを理解し、差別することが無い人。  
そして、家族や文化を大切にできる人になって欲しいです。

Q：奥様とお子様へひと言をお願いします。

妻には元気な赤ちゃんを産んでくれてありがとうと伝えたいです。  
また、娘にはこれからどんな困難があっても笑顔で乗り越えて行ってほしいです。

Q：お子様が3人になったことによる変化はどのような事ですか？

子供が3人になり、次男が落ち着いてきたと思ったら長女が生まれ、赤ちゃんが泣いているのをあやしたりする日々が戻り、タイムスリップしたかのような気持ちですが、3人になって幸せも倍増しました。



Kさんとお子様



## 突撃！マイシン社員インタビュー No.2



皆様、お疲れ様です。指名制のリレー形式で8月号から始まったインタビューのコーナー第二弾です。先月号では記事の関係で延期させて頂きました。今月号は豊川営業所のO・Mさんです。インタビューにご協力いただきありがとうございました。



### プロフィール

名 前：O・Mさん  
血液型： O型  
誕生日： 3月27日  
所 属： 豊川営業所  
(入社10年目)

好きなもの：焼肉  
苦手なもの：すぐ怒る人  
座右の銘：継続は力なり  
尊敬している人：親・家族  
自分を動物に例えると：コアラ  
(のんびり屋なので)

### 最近の

### Good ニュース

9月末にマイホームが完成しました！外観・間取り・建具・家具全てこだわったので新生活も楽しく過ごせています。

## プライベートなわたし

### ●趣味、またはマイブーム

今は子育てに精一杯なので…、子育てです。

### ●夢中になったきっかけ

出産し、我が子の顔を見た瞬間！！

### ●趣味やマイブームが絡んで起こったエピソード

同じ時期に出産した現在子育て中の友達が多いので、定期的にママ会やお出掛けする機会が増えて楽しいです。また、子供同士が仲良くなるきっかけでママ友も増え、保育園も親子で楽しく通っています。

### ●身の回りや過ごし方への変化

子供第一の生活に変わりましたが、仕事も時短勤務という形で復帰させて頂き職場の方々や家族に助けられ日々を過ごせています。現在アベンジャーズ(スパイダーマン等)のヒーロー系が好きで、私は全く分からないのでキャラクターの名前を一生懸命覚えています。

### ●趣味やマイブームについて熱く語ってください

息子、2歳半になりました。イヤイヤ期・やんちゃ度が増し大変な時もありますが、どんどん言葉も覚え会話もできるようになり日々の成長が凄いです。最近は小さな彼氏状態で、ハグやチューしてくれたり「ママすき」と言ってくれたりメロメロです(笑)

たまに事務所にも一緒に遊びに行くので、その時は是非遊んでください！



Oさんの  
息子さん

次回のインタビューはO・Mさんからのご指名で一般部の清田伸明課長です。宜しくお願ひ致します。