



ESC情報

夏季号



熱中症にならないために

北海道もいよいよ夏の観光シーズンを迎え、天候の良い日も多くなってきます。それに合わせて湿度はさておき、気温も高い日が続くようになってきます。

本州の方々からすると、北海道の夏は過ごしやすいということになるのですが、比較的寒冷的な北海道に住んでいる我々からすると、夏の暑さは体に堪える人が多いのではないのでしょうか。このため、涼しい場所に居ようとする人も多いのですが、屋内外の温度差が大きいため、屋内外を移動することが多いと体調を崩しがちになってしまいます。

そこで最近言われているのが「暑熱馴化^{しよねつじゆんか}」です。これはウォーキングやジョギング、自転車などの運動を日頃から行うことにより、新陳代謝や発汗機能を向上させ、暑さに対する耐性ができていくことを言います。

一昔前は、運動中に水を摂取するのはもつてのほかという風潮がありましたが、現在はその逆で適切な水分摂取を推奨しています。水分を取らずに運動を継続すると、発汗などで血液中の水分が不足し、適切な体温調節ができなくなり熱中症になってしまいます。熱中症は重症化すると死に至ることもありますので、十分気を付ける必要があります。

我々が、日々現場で作業を行う環境も、常に快適なところばかりではありません。発電所の中や、日中日差しの強い屋外での作業、屋外に置かれているキュービクルや変電所の電気室の中など、直射日光や熱気のこもった屋内での作業が多々あると思います。KYミーティングでこのあたりの注意喚起をしていますが、つつい作業に集中し、水分補給を怠りがちになり、気が付いたら軽い熱中症になっていて、あわてて水分補給をしたという経験を持っている方も多いのではないかと思います。熱中症になると集中力が低下したり、ふらついて転倒したりする恐れがあり、結果としてそれが重大事故につながる恐れがあります。

また、汗には塩分が含まれており、感電の危険や滴り落ちた汗を放置しておく装置の腐食による故障の発生も考えられます。特に夏の時期の作業についてはこれらも含めいかに安全に作業を行うことができるかを考えて進めていくようにしていきましょう。

現場を預かる先輩は特に、経験の浅い社員や協力会社の方々の動きにも目を配り、熱中症にならないよう注意をしていきましょう。また、自身の担当作業はもちろんですが、周囲のメンバーの安全管理についても十分心配りをお願い致します。

暑熱馴化のための運動を継続し、それが習慣になると、体力や健康の増進にもつながります。ただ、真夏の暑い時間を避けるなどして安全に配慮し行っていきましょう。



代表取締役 向井 潔



判断と決断そして実行。その成果は

私も含めてどなたも日々判断して行動しているところです。日常の事では昼食は何にしようか、蕎麦、日替わり弁当、パンと牛乳、のような簡単なことを初めとして、職場での仕事の手順、もう少し重くなると会議の議題の選択と方針。

もっと重要な事は就職／転職、又は自営の開業。選択肢は無限。これらは何れも毎日、日常の事として無意識に、或いは意識して判断／決断して実行している事でしょう。その日々の実行の結果として一日の成果があり、1年では365日分の成果が積み上げられます。

小さな事ですが夕食後に小さな御菓子1個を楽しむのは良いと思います。しかし、この1個が毎日になりますと1個50gとしてもその合計は1年で18kgにもなります。その全部が体重増加になる事は無いのですが、この微々たる増加が太る原因になります。

食べ物の話をしましたが自分の職業の研鑽も、日々の努力の積み重ねで1年、そして10年、30年で大きく成長するのです。

職業の技術のみでなく、学校を卒業してからは人格を磨くのは家族と良い友達になりますが、基本的には自分以外に誰も本気になって磨いてくれません。

磨くことによって日々の雑多な問題の判断／決断も効果的に適切に行われ、周囲外部から人格の評価が得られ有意義な人生を送れる事でしょう。

日々の研鑽は、見るもの、聞くもの、読むもの、インターネットも含めて色々ありますが、どれも意識して一旦は受け入れ、受け入れがたいものは反面教師とすれば、どのようなことも大変な情報で良い勉強になります。この積み重ねが将来の貴方の素晴らしい評価になることを祈ります。



取締役相談役 向井 隆





平成30年度安全大会



4月20日、今年度も弊社にて平成30年度安全大会を開催いたしました。今年は、ご来賓に北海道電力株式会社 送配電カンパニー 札幌支店電力部 変電グループリーダー 田中 修様、変電運営グループリーダー 齋藤 隆様をお招きし、安全講話をお願いいたしました。齋藤様からは、北海道電力関連工事業界災害発生状況について講話をいただきました。田中様からは、コミュニケーションについての講話をいただきました。選択的注意力やコミュニケーションの大切さ等、大変貴重なお話をしていただき、社員一同、安全意識がより高まりました。

また、安全大会では、社内で募集した安全標語の中から最優秀賞2作品、優秀賞3作品、佳作7作品が受賞となりました。今年度の最優秀賞作品から弊社安全スローガンとして、「手を抜くな 慣れたルールと基本作業 みんなで無くそう 危険の根」を選考しました。来年度も皆様の力作を期待しております。

これから現場での作業も忙しくなり、労働災害も発生しやすい時期になります。KY活動をしっかり行い、作業員全員が安全な作業環境を整えることに注進し、労働災害0を目指して参ります。

最後になりましたがご多忙の中、安全講話のお願いを快くお引き受けいただきました北海道電力株式会社 送配電カンパニー 札幌支店電力部 変電グループリーダー 田中 修様、変電運営グループリーダー 齋藤 隆様、安全大会にご出席していただきました協力会社の皆様に御礼申し上げます。



社屋周辺環境整備



去る5月8日に毎年行っております、ゴミ拾いを行いました。当日は、在社している社員により、始業前に会社敷地内及び周辺を30分程度かけて行いました。普段より環境整備を行う社員がおりますので社屋周辺にゴミが沢山落ちているわけではないのですが、それでも隠れるようにゴミは存在しておりました。

また、今年も会社入口付近の花壇にチューリップがきれいに咲きました。毎年定植から花が終わってからの球根の選別、乾燥まで行っていた担当者には、大変感謝しております。

チューリップの後は、マリーゴールドやサルビアなどが色とりどりに花咲きます。従業員や当社にお見えになるお客様にも楽しんでいただけていると思っております。当社周辺にお越しの際には是非ご覧になってみてください。



火力技術研修センター 電気一般基礎技術研修を終えて

5月23日、火力技術研修センターにて電気一般基礎技術研修を実施しました。

本研修は、2015年から当社で実施しており、北海道電力 火力部殿、北海道パワーエンジニアリング殿の若手社員を対象として、送電・配電の流通設備についてのお話をさせていただいております。

今回、私は初めて講師を担当し、北海道電力殿から8名、北海道パワーエンジニアリング殿から2名、計10名に受講していただきました。

私は普段、主に配電盤の設計業務を担当しており、一日中パソコンと睨めっこする日々が多く、お客様とコミュニケーションをとるのはメールや電話が多くなっています。

本講習ではたくさんの方々と顔を合わせ、色々とお話できて貴重な経験となりました。

質疑応答の際は、たくさんのお話をいただき、電力業界の未来を担う受講生の皆様が頼もしく感じました。

11月には、実際にリレー試験器を使用して、機械式継電器・デジタル形継電器の試験を練習する保護継電器研修も予定しています。

実技の研修は、座学とは違った面白さがあると思いますので、こちらの研修も受講していただけたらと思います。

最後に火力技術研修センターの皆様、ご担当様にはこの場を借りて御礼申し上げます。

ありがとうございました。

今後とも何卒よろしくお願い申し上げます。



第2技術部 石川 裕一郎





北海電気協力会殿による当社工場見学について

6月22日に、北海電気協力会殿による、当社工場見学が行われ、総勢20名の方々（事務局2名を含む）が当社にお見えになりました。

まず、全体を2班に分け、会議室にて当社の会社説明、安全管理、品質管理の紹介をさせていただき、その後社内見学となりました。電子製品の組み立てや配電盤の組み立て、試験等各作業区画を回っていただき1か所あたり10分程度でのご案内となりましたが、それぞれの場所ごとに説明担当に質問されていた方も多く、興味を持って見ていただけたと思っております。

このような工場見学開催の機会を設けてくださいました北海電気協力会の皆様、当日対応していただきました事務局の皆様大変ありがとうございました。



— そうだ。 **FLUKE.** を使おう。 —

弊社はフルーク特約店として長年フルーク製品を販売しております。

「デジタルマルチメーター 87V」や「赤外線サーモグラフィ Tiシリーズ」、これらの製品に付随するアクセサリをよく皆様にご購入いただいております。

製品によってはご購入検討時のデモ機の貸し出しも可能です。また、弊社より購入していただきましたお客様には、修理・校正も承っております。



デジタルマルチメーター87V

気になる製品やデモ機の貸し出し、校正などのご相談がございましたら、弊社の営業部員がご挨拶にお伺いした際やお電話、メールなどでいつでもご連絡下さい。

皆様からのお問い合わせをお待ちしております。



サーモグラフィーTi400

弊社のホームページトップにフルークのリンクがございますので、ぜひご覧下さい。

北海道電気技術サービス

検索



担当：営業部 藤根 香緒里



編集後記

「毒舌」や「毒を吐く」という言葉があります。

これは辛辣な悪口や皮肉を言うこと、また、嫌みを言ったり相手のことをけなす等といった意味があります。言葉には本当に毒があるのでしょうか。

20年程前に、これを実験した本を読んだ事があります。

うろ覚えですが、別々のコップに水道水を入れ、1つのコップには毎日感謝の言葉を聞かせ、もう1つのコップには毎日罵声を浴びせ、数ヶ月後の水の状態（結晶）を見るといったものでした。

結果は、感謝の言葉を掛けた水は綺麗な結晶となり、もう一方は醜い結晶となった写真が載っていたのを覚えています。

この実験には賛否両論があり信憑性が問われますが、このように言葉に毒があるのかを実験した研究者は他にも多数いるそうです。

言葉に毒があるとすれば、水ではなく人ならどう考えますか。

罵声は勿論、人を傷つけたりするような言葉を吐くと、人に毒を掛けているようなものなのでしょう。そうだとすれば、そんな言葉を吐く人には近寄らないのが一番だし、自らも言葉には気をつけなければなりません。

実業家でもあり自己啓発書作家の斉藤ひとり氏は、「刈り入れの法則」なるものがあり、自分の蒔いた種（言葉・行動）はあとで必ず自分で刈り取らなければならないと言っています。人の嫌がることや泣き言を言っていると必ず自分に戻り、人の喜ぶことや良いことを言っていると喜びになって返ってくると講演の中でも話しています。

また、同じ言葉を数人に伝えても、全員に伝わっているのかは解りません。

「伝える」と「伝わる」のは違いますし、伝える側の意図とは違った別の意味でとらえる人もいます。「何を伝えたか」ではなく「どのように相手が理解したか」が重要です。

言葉には言霊が宿っているとも言われます。言葉一つ一つを大切にし、相手に嫌な思いをさせず、きちんと伝わるように話すことを心掛けたいと思います。

相手の心も自分の心も、心の結晶は綺麗でありたいものです。

営業部 塚本 博司



ESC 情報NO. 146 夏季号

発行所 北海道電気技術サービス株式会社

〒069-0832

北海道江別市西野幌120-8

TEL(011)384-8888 FAX(011)384-8889

<http://www.hesc.co.jp/> e-mail:hesc@hesc.co.jp

発行者 向井 隆

編集者 総務課

