

風紋

浜岡砂丘

新年明けまして

おめでとうございませす



代表取締役 増田 慎平

新年あけましておめでとうございませす。

二〇二三年の念頭に当たり謹んでご挨拶申し上げます。

昨年はコロナが段々と落ち着いていき、心穏やかな生活が始まると思いきや、ウクライナとロシアの戦争がはじまり、物価高や急速な円高、エネルギー不足と世界情勢の変動が多い一年でありました。近年の社会情勢の変化は速く激しいため、変化に対応する柔軟性やチャレンジ精神を持つ会社がより成長していくことになるでしょう。そういった変化に対応するためにも社員一人一人が日頃から新しい変化を取り入れ、学んでいく姿勢がとて重要になります。

また、組織として強固に連携していくことも大変重要で、社内や地域の皆様とのコミュニケーションをより一層はかり、会社組織、地域組織を強固なものにしていく必要があります。組織

の力が発揮された例でいうと記憶に新しいところでは、サッカー日本代表がまさにチームの力を発揮できたと感じられた事例ではないでしょうか。個の力では世界で戦える選手がまだまだ少ない中で、チームが一丸となることで下馬評を覆す素晴らしい結果を日本にもたらしてくれました。これは日々のコミュニケーション、意思統一を大切に積み重ねてきた成果と言えるのではないのでしょうか。

また、昨年は台風十四号により静岡県は甚大な被害を受けました。近年は災害の頻度が多くなり、損害規模はより大きくなっております。弊社としても地域安全のため、災害予防や災害の復旧対応に万全を期すよう日頃から準備を怠らず尽力していく所存でございます。

今年には新たにISO45001認証取得を目指します。ISO45001は労働安全衛生マネジ

メントシステムの国際規格となります。具体的には労働安全衛生上のリスクの排除又は最小化をはかり、労働に関する負傷、疾病及び死亡のリスクを減らすことができませす。導入することにより安全かつ健康的に働くことのできる職場環境を整備することを目指します。本年も日々努力を怠らず、建設業を通じて地域社会の発展のために精進してまいりますので、関係者の方々におかれましては昨年引き続き本年も変わらぬご厚誼を賜りますようお願い申し上げます。

今年「卯」年

今年の干支は癸卯みづのうさぎです。静かで温かい恵みの雨が降り注ぎ、草木を生き生きと蘇らせる年。「これまでの努力が花開き、実り始めること」といった縁起のよさを表しています。弊社、関係者の皆様もコロナ禍の中、耐え忍びながらコツコツと積み重ねてきた努力が花開き実る年となることを祈ります。

株式会社増田組

安全衛生大会

十一月二十八日、当社二階研修室にて役員、協力会社ら約三十名が参加し、安全衛生大会を開催しました。

社長より不安全行動を無くし、安全に対して皆様に協力をして頂きたいこと、自然災害が続く中で災害復旧が建設会社の使命であることをお話し頂きました。



続いて、総統括安全衛生責任者の藤原部長より、第五十六期の反省省として労働災害の死亡事故が増加していることや、準中型免車の無免許が多かったこと等をお話し頂きました。

今期の安全標語は、株式会社増田組 山下茂俊さんの標語が選ばれました。今年も色々な観点から考えられた良い標語がありました。沢山のご応募ありがとうございました。

安全標語

最優秀賞

● ミス防ぐ 合図・応答・再確認
守るルールが身を守る
株式会社増田組 山下 茂俊

優秀賞

● したら、~ればと 後悔しても
もう遅い 安全は基本と予測の
積み重ね
株式会社増田組 河原崎千夏

● 気のゆるみ 一度の妥協が命取り
安全確認で0災害
株式会社増田組 萩原丈太郎

年間安全標語

● ミス防ぐ 合図・応答・再確認
守るルールが身を守る

その後安全の誓い、取引業者の評価、指差呼称と続き、閉会の辞で締めくくられました。

閉会後には日本規格研究所の鈴木様より労働災害防止についての講話をして

いただき、安全に対する考えをより深めることが出来ました。



健康 ワンポイントアドバイス

遅い時間の夕食 太りにくい食べ方とは？

仕事が忙しく、夕食が遅い時間になってしまい、最近太ってきたと感じることはありませんか？
夜遅い食事が太りやすくなる原因を知って、上手に夕食をとりましょう！

夕食が遅くなる場合の対策！～分食のススメ～

分食とは、一日の食事量を複数回に分けて、少量ずつ食べること。空腹による食べ過ぎを防止、血糖値の急激な変動を抑えられるので、肥満や糖尿病予防の効果が期待できます。

分食1 夕方に主食を摂る！

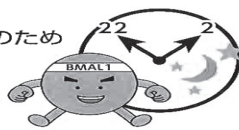
主食や乳製品、果物など、空腹感を紛らわす程度に。菓子パンやカップ麺は避けましょう。

分食2 帰宅後は、主菜・副菜を摂る！

揚げ物や脂質の多い肉は控えめに、野菜・きのこ・豆腐・卵・魚など、カロリーが低く、消化に良いものを選択。
野菜から先に食べ、よく噛んで食べることで満腹感が増し、食べ過ぎ防止に！

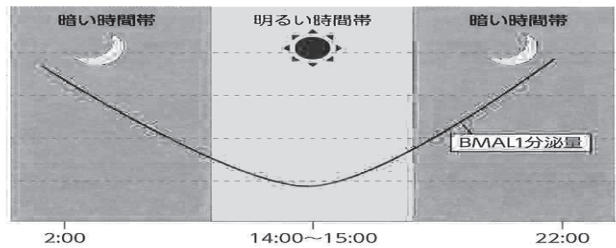
遅い時間の食事はなぜ太りやすいの？

- 原因① BMAL1の働きで脂肪が付きやすくなる
- 原因② 夕食後は昼間と比べて活動量が少ないため、エネルギーが消費されにくい
- 原因③ 昼食との間隔が長く、空腹感のためつい食べ過ぎてしまう



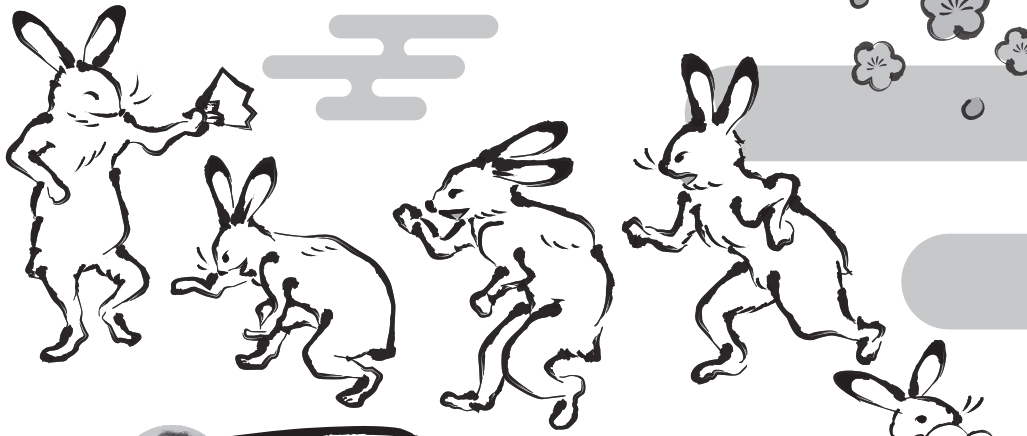
私たちの体にはBMAL1(ビーマル1)という、脂肪のため込む働きを持ったタンパク質があることが分かってきました。BMAL1の分泌量は夜22～2時にピークを迎えるため、遅い夕食をとると脂肪のため込みやすく、太りやすくなるといわれています。

■BMAL1量の日内変動イメージ



遅い夕食～深夜の食事は太りやすい

「健康経営」はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。
監修：株式会社グリーンハウス栄養健康事業部管理栄養士グループ
社員食堂・学校・病院などのさまざまなシーンで、食を通して健康づくりを応援。



初春のおよろびき

申し上げます

2023



今年、
町内会長として
健康で地域へ
貢献したい。
埴田 淳人



今年も
全集中で
臨みます。
植田 幸男



健康に
留意し業務
の発展に寄与します
山下 茂俊



明朗快活
河原崎 千夏



謙虚に
誠実に
言動を以て
謙平



身体と労働力
の向上を図ります
山下 光男



能力維持
に努めます
加藤 重久



自信の発言
行動に責任を
河原崎 顕



自信無くし
はしません。
自信を持って頑張ります。
Tak Pro 731 Kenji



心豊に
向上心も
持つ
藤原 和久



健康第一
内田 和憲



体調管理
を徹底します
落合 智



責任ある
行動をする
萩原 文太郎



慢心すること
なく、何事も
全力で取り組む。
八木 広行



常に
向上心を持って
頑張ります。
松本



今年も元気で
頑張ります。
落合 雅敏



安全第一で
頑張ります。
ゲシ シンタロウ



安全に
気をつける
長野 佳浩



増田組
強靱化
より良い会社にする
榎田 貴宏



何事も
前向きに考え
取り組みます。
松下 優紀



健康に
気をつけて
頑張ります。
萩原 茂伸



年始から年度末に向かった安全管理

十二月三日に安全パトロールを実施しました。現在は受注した工



事の半分が準備から着工へ向かっている最中でしたので、安全掲示板や、現場事務所等の安全施設を重点的にパトロールしました。

重機作業による重大災害を防止する為に、作業手順書を作成し、危険作業を取り除くよう各職長との意思疎通をよろしくお願いいたします。

建設業は年始から年度末が

御前崎市 建設業組合地域貢献活動

御前崎市建設業組合の組合員として奉仕活動を実施してきました。今年、北こども園において遊具の塗装とウサギ小屋の屋根のトタンの張替えを主に実施しました。このような活動を通して建設業への理解が深まればと思いますし、子どもたちも小さいころから建設業を身近に感じてもらえる機会になったなら良かったと思います。



登校補助

年末の交通安全県民運動の期間中、浜岡北小学校の子どもたちの安全を見守りました。何かと慌ただしい年末年始は、気持ちも焦りがちです。焦る気持ちからスピードの出しすぎにならないよう安全運転を心がけて下さい。



1月安全努力目標

年度安全標語 **《ミス防々 合図・応答・再確認》**
《守るルールが身を守る》

作業安全

- ・混在作業時での連絡調整の適確な実施
- ・体調管理の徹底

交通安全

- ・夕暮れ時の早めのライトオン

環境目標

- ・室内の温度でエアコンのON・OFFを行いましょう

行事記録

(11/27 ~ 12/26)

12/28 (株)増田組安全衛生大会

12/29 掛川法人会御前崎支部電子帳簿保存法研修会

12/30 簡易通基盤整備技術調査・工事検査課と技術研修会

12/15 建設業年末年始労働災害防止強調期間

12/2 全国建設青年会議全国大会・東京

12/4 地域防災訓練

12/9 技士会袋井地区第六回代議員会・懇親会

令和四年度道路啓開に係る意見交換会・袋井

12/15 年末の交通安全県民運動

12/19 池新田高校御前崎市企業セミナー(アワセライカイ)

12/20 建築物石綿含有建材調査者講習・浜松

12/22 御前崎市官民合同パトロール

行事予定

(12/27 ~ 1/26)

12/28(水)~1/4(水)冬季休暇

1/5 (株)増田組新年安全祈願祭・仕事始めの式

※コロナウイルス感染拡大防止のため、中止または延期になる場合有り



発行 増田組

TEL 0537-861324
 FAX 0537-861675

Email info@msd1912.com
 URL https://masudagumi1912.co.jp/