



8

Aug. 2025

SAISHO NEWS

～熱中症を予防しよう！～

平ボディ車の荷台って何度あるの？

サイショウの熱中症・暑さ対策2025

産業医による講話を開催

6月の組織活性化プログラム研修

7月のドライバーズDAY

深川警察署から表彰状をいただきました

6月のウォーキングイベント

うみねこキッチンカー×ランチ代補助制度を開始

無料AMH検査の導入と妊活・不妊治療の無料相談窓口を設置



熱中症を予防しよう！



6月某日。若洲の最高気温が30度の予報の日に“とある実験”を行いました。

テーマ「**平ボディ車の荷台って一体何度あるの？！**」

場所：若洲倉庫

倉庫内の気温：31度

熱中症嚴重警戒レベル

時間：午前11時頃

平ボディ車の荷台が半分日陰、
半分日向になるように駐車し、
実験を行いました。



この日の倉庫内の気温



まずは日陰で測定！

日陰側の荷台に温度計を4分間設置し測定。気温34度、熱中症危険レベルを計測しました。日陰で思ったより涼しいと感じても6月の時点で熱中症危険レベルです。

次に日向で測定！

日向側の荷台でも温度計を4分間設置。
温度計は50度を越え、熱中症「危険」
メーターを振り切りました。翌日もほ
ぼ同条件だったためデジタル温度計も
設置し再度実験しましたが、デジタル
温度計の計測限界の50度を上回り、ほ
ぼ同じ結果になりました。



◀ 翌日の計測状況

赤い方の温度計はおそらく
60度近くまで上がり、メモリ
が最大値まで振り切れました。

シート内で 作業した場合を想定

日向側のシート内に温度計を8分間設
置。気温は41度、熱中症メーターは
「危険」を振り切っていました。

50度になってしまったのは直射日光の
影響も考えられますが、倉庫内と比べ
ると荷台の上はかなり暑く、熱中症危
険レベルの環境であることがわかりま
した。



サイショウの熱中症・暑さ対策 2025

①麦茶と氷の提供

②アイススラリーの用意

①②は昨年に引き続き、行っています。



③若洲倉庫に大型冷風機を設置

水の力を借りるとより涼しくなります。



④新砂倉庫にも温度計を設置

新砂倉庫内にデジタル温度計を設置しました。この温度計は50度まで測ることができ、熱中症の危険度を表情で知らせる機能もついてます。



⑤霧吹き型の

水まき装置の設置

晴れの日には事務所の駐車スペースに水まき装置を設置しています。



⑥LINEworks内に

熱中症アラートを追加

各自設定をすることで都内の熱中症アラート予報を受信することができます。

⑦産業医による

熱中症の講話を開催

次のページでご紹介します。



熱中症とは

高温多湿の環境下で、体が過剰な熱を受け取り
体温調整機能が上手く働かなくなることによって起こる
「脱水」「塩分消失」「体温上昇」など急性の健康障害



「熱に中る（あたる）」

「炎天下の中、スポーツや仕事をしている最中におきる」
イメージが強いが…
屋内でも発生

	発生場所	典型的な患者背景
労作性熱中症	屋外	若年のスポーツ・中壮年の労働
非労作性熱中症	屋内	高齢者・独居・基礎疾患

熱中症対策の講話を行いました

当社も参加しているトラック合同安全衛生委員会では産業医による「熱中症対策」の講話を行いました。熱中症の災害状況、熱中症分類などの話のほかに熱中症の対処法、注意点、早期発見について学びました。

熱中症により意識がなくなると、転倒して頭を打つなどの二次災害につながるおそれがあります。そうなる前に、少しでも身体の異変を感じたら、座ったり横になったりして、必要なら救急車を呼びましょう。

また、オフィスでも熱中症になることがあるそうです。特に、大きな窓から直射日光が入る職場では、室温が上がりやすく注意が必要です。冷房や冷たい飲み物などで、夏は意外と身体が冷えやすく、体調を崩す原因にもなります。夏こそ腹巻きをつけることもおすすめされてました。屋内・屋外問わず緊張（ストレス）や集中によって体温が上がり、水分補給を忘れがちにもなるそうです。意識して水分補給を行っていきましょう。

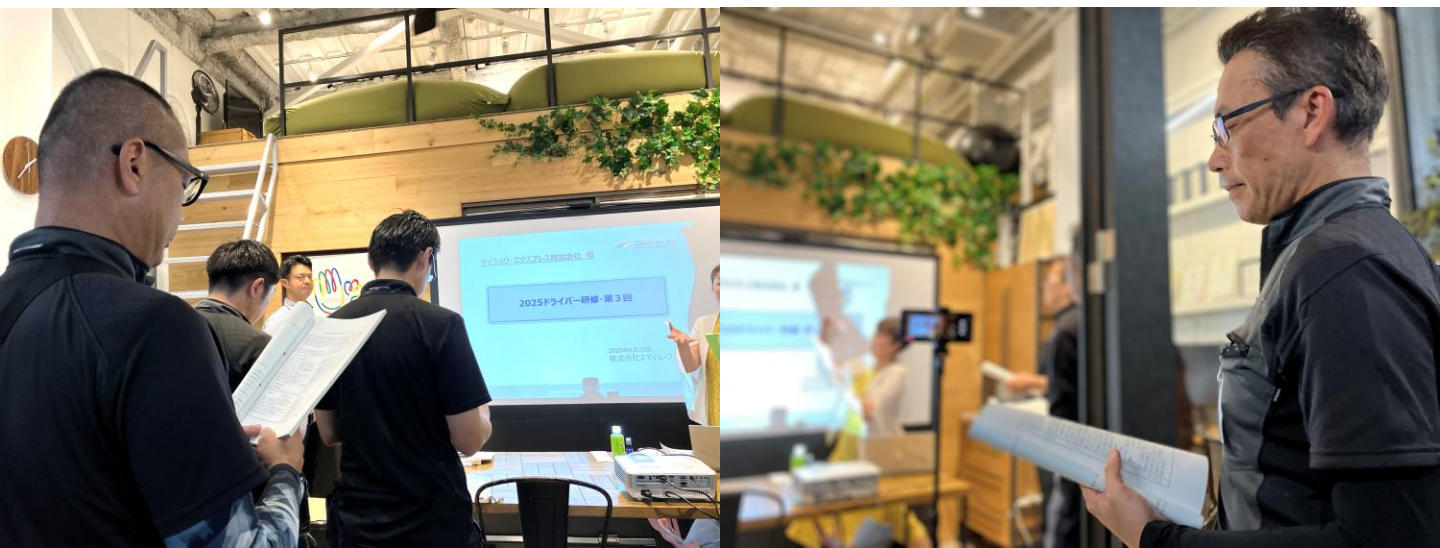


6月の組織活性化プログラム研修

6月の組織活性化研修は

「一流の言葉遣いとニオイマナー」について行いました。

ニオイは普段あまり話題にしづらいテーマですが、気持ちよく働くためには欠かせない要素です。「タバコの本数を減らしている」「生乾き対策で洗剤を変えた」「香りにも好みがあるので気をつけたい」など、日々の工夫が多く共有されました。「人の振り見て我が振り直せ」という言葉も印象的でした。言葉遣いもニオイも、「自分がどうか」より「相手がどう感じるか」が大切。まずはできることから、気持ちのいい職場づくりを続けていきましょう。





7月のドライバーズDAY

今月のドライバーズDAYは野菜の肉巻き弁当
～玄米入りごはん、オクラとコーンとトマトのさっぱり
サラダ、海苔入り玉子焼き、エリンギのバター炒め、
自家製きゅうりの浅漬け、茄子・ねぎ・豆腐・わかめの
味噌汁～を作りました。



野菜の肉巻きは、「ねぎ巻き」と「4種のカラフル野菜巻き（赤パプリカ・黄パプリカ・ほうれん草・紫キャベツ）」の2種類。前日から、一つひとつ丁寧に巻きました。紫キャベツは、お酢で和えることで鮮やかな色に仕上げました。玉子焼きは、24個の卵を使い、開催1週間前から練習を重ねました。玄米入りご飯を炊くことが、作り手全員初挑戦でした。試行錯誤の末、ふっくら美味しく炊きあがりました。実は数量限定でとうもろこしご飯も用意していました！コーンの甘みでご飯がすすみました。

8月は、お盆休み明け～8月下旬に開催予定です。
どうぞお楽しみに♪



玉子焼き、練習中



またまたIさんが表彰されました！

Iさんが2025年7月4日に深川警察署にて行われた「令和7年春の交通功労者等表彰式」におきまして、警視庁深川警察署長・深川交通安全協会会長より優良運転者の感謝状をいただきました。Iさんは2023年12月にも東京湾岸警察署より表彰をいただいております。

社内報で少しお話を...とお願いしてみたところ、控えめにお断りされました...。それでも最後に、ぽつりとこんな言葉を。「会社のためというより、自分のためにやってきただけ。強いて言えば、交差点の一時停止だけは絶対するようにずっと意識してきました。」毎日の積み重ねこそが、結果をつくる——そんな当たり前を、あらためて教えてもらった気がします。



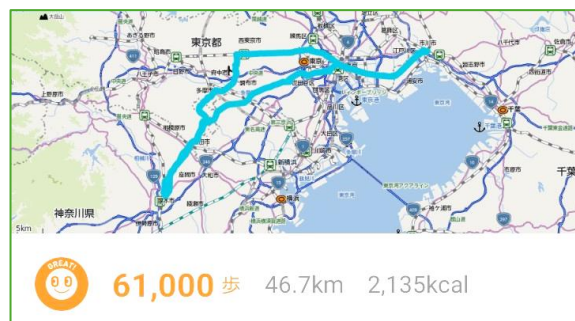
6月のウォーキングイベント



6月～7月はウォーキング大会を開催しています！4人1組・全6チームによるチーム対抗で合計歩数を競い合っています。見事6月の優勝に輝いたのは...Nさん・Kさん・Iさん・Hさんチーム！優勝チームには素敵な賞品も贈られる予定です。優勝チームの総歩数はなんと1,179,555歩、距離にすると約902km。驚きの健脚ぶりです。

今回、個人歩数1位だったのはMさんでした。

「自宅にあるエアロバイクに乗ったり、外では自転車に乗ったり、散歩に出るようにしています」と教えてくれました。また、歩数上位だったIさんは、休日に海老名から東京駅まで46.7km歩いたとのこと。



「帰りに東京駅で大好きなラーメンを食べて帰ろうと思っていたけど、疲れすぎて食べれなかった（笑）」と語ってくれました。

現在、7月もチームを再編成して新たなチーム戦を開催中！

残り約1週間、記録更新と優勝を目指して引き続き頑張りましょう！

昨年同時期に行ったウォーキング大会と比較

	2025年6月	2024年6月
1か月間の 合計平均歩数	238,767	202,614
1日当たりの平均歩数	7,959	6,754

40～49歳男性の平均歩数：8,039歩

※厚生労働省 「令和5年国民健康・栄養調査の結果」 参照

うみねこ食堂フードトラック利用時の ランチ代補助制度を開始

1食900円のお弁当を自己負担500円(会社補助は400円)で購入できる制度を開始しました。

うみねこ食堂とは...

江東区新木場にある株式会社榎戸材木店が運営する

1食30品目以上使用した栄養満点のお弁当を日替わりで提供している食堂です。

【背景と目的】

1. コミュニケーションの促進と信頼関係の構築

うみねこ食堂のフードトラックでは、お弁当の受け取りまでの時間を活用し、社員同士または他社の方々との自然な交流が生まれます。こうした会話の積み重ねが信頼関係の構築や情報共有、新たなアイデアの創出につながると考えています。

2. 健康的な食事でパフォーマンス向上

うみねこ食堂の食事は栄養バランスが考えられた健康的なランチです。高血圧や糖尿病、コレステロール管理など、生活習慣病の予防・改善につながる可能性があります。健康な食生活を送ることで、日々のパフォーマンス向上にも貢献できると考えています。

3. 地域課題への共感と食環境の改善

当社がある辰巳エリアは飲食店が限られており、栄養バランスの取れたランチを確保するのが難しい地域でもあります。この地域課題に共感し、働く人々が健康的な食を享受できる環境を整えていきたいと考えています。

今後も社員の健康と働きやすさを両立する制度設計を進め、より豊かな職場環境づくりに取り組んでまいります。

無料AMH(卵巣予備能)検査と 妊活・不妊治療の無料相談窓口を設置

「にしたんARTクリニック」のメディカル支援事業を行っている
エクスコムグローバル株式会社と提携し、健康支援による無料AMH

(卵巣予備能)検査の導入と妊活・不妊治療等の無料相談窓口を設置いたしました。

従業員以外にもご家族、パートナーの方もご利用いただける制度です。会社への申請も不要かつ匿名で利用することができます。

ご興味ある方は是非ご利用ください。



