

# SAISHO NEWS



ビジネスエチケットマナー研修  
長野法人会青年部にて講演  
アウターコレクション



産業医による社員研修  
THE INTERVIEW

## SAISHO



## 365 DAYS



～ 2024年の振り返り～

### 12月の DRIVERS DAY



今月のライトミール  
「冬至」にかけた軽食  
年末年始&年明け社内行事の  
お知らせ



# ドライバーズDAY

今回は牛肉とゴボウのしぐれ煮弁当  
 (ご飯、しぐれ煮、たこさんウイン  
 ナー、ほうれん草とコーンのバター炒  
 め、ポテトサラダor頂き物の辛子れん  
 こん) を作りました。

## 材料 (大体30人前)

- ・ 白米 ..... 3 kg
  - ・ 牛肉の切り落とし .....約 4 kg
  - ・ ゴボウ ..... 5 袋
  - ・ 人参 ..... 2 本
  - ・ ほうれん草... ..... 8 袋
  - ・ コーン缶 (435 g) ..... 2 つ
  - ・ 赤ウインナー (380 g) ..... 2 袋
  - ・ ポテトサラダ ..... 1 kg
- などなど





ゴボウをピーラーでスライスする  
班と人参をひたすら型ぬきをして  
茹でる班に分かれ作業をしました。



牛肉のしぐれ煮班は牛肉を煮始め、人参班はたこさんウィンナー調理を始めました。



ほうれん草とコーンの  
バター炒めを調理中



**お弁当完成！**

8人がかりで30個のお弁当の  
盛り付けをしました。



# OUTER COLLECTION

当社の作業着は  
デザイン性や機能性にこだわりながら選んでいます。  
毎期少しずつデザインを変えています。

今年の冬用のアウターは  
今年入社した社員と従来のアウターと交換が必要な社員にのみ配布しました。

今年の冬用のアウターの特徴は

- ・首回りがもこもこになり温かく
- ・袖や背中に反射材を使用し、どこからみても反射機能を発揮できる仕様
- ・背中にSAISHOのロゴ入り
- ・取り外し式フード付き
- ・袖リブ仕様で外気の侵入を防ぎます

しっかり防寒対策をして体調を崩さないようにしましょう！

# 一般社団法人 長野法人会青年部 健康経営委員会例会に登壇いたしました



長野法人会青年部健康経営委員会例会にて

「健康で豊かに幸せに、笑顔で働ける環境へ」をテーマに  
健康経営に取り組むきっかけや具体事例などの発表を行いました。

当日参加されてた長野法人会青年部の皆さんと

当社のオリジナル体操「SAISHOエクササイズ」を行い  
当社の健康経営の取り組みを体験していただきました。



「建設・運輸業の健康を考える会」  
右からルピナ中部工業（株）柳沢社長、  
高木建設(株)高木社長



## ビジネスエチケットマナー研修

当社では研修などを録画し、社内限定で配信することで全社員が研修に参加できるシステムを導入しています。

5回目の今回は「自分軸を作る」をテーマに人生で一番充実した体験を振り返るグループワークを行い、その後、自分のビジョン、ミッション、ポリシーを考えるワークを行いました。自分のビジョン、ミッション、ポリシーを明確に文章にすることに少し手こずりました…。

人生の中で充実した体験を振り返るワークでは、どの社員からも若い頃の充実した体験が多く出ていました。今回の研修では「ありがとう・ありがたい」の対義語は「(やって) 当たりまえ」という言葉が印象的でした。

参加したドライバーからは

「会社において、どういう役割を果たしていくか具体的にビジョンを立てていくことができました。何ができるのか考えながら仕事をしていきます。」との感想があがりました。





## 当社産業医による社員研修を行いました

当社が選任している産業医に来ていただき、社員研修を行いました。※<sup>1</sup>

産業医とは？健康経営とは？  
心地よい職場とは？ウェルビーイングとは？  
についてお話いただきました。

特に

「些細な事でもありがとうを伝える」  
「睡眠最優先」  
「人間性を高める」ということが  
ウェルビーイングや心地よい職場づくりには大切だそうです。

ドライバーからは睡眠時間を確保する考え方についての質問が多く出ました。

五感を使うことで脳が活性化され、良い仕事（パフォーマンス）に繋がる  
とのことでした。

五感（視覚、聴覚、触覚、味覚、嗅覚）を満たして  
仕事をするように心がけていきたいと思います。

※<sup>1</sup> 当社は、同規模の運送業3社で産業医をシェアしています。

# THE INTERVIEW

## テーマ：2024年、印象に残っていること②

先月に引き続きこちらのテーマでお届けします。

「我が家の愛犬、小鉄（9歳）が  
近所のわんこ達とのおやつ争奪戦  
に敗れて鼻の頭を噛まれたこと」

ちなみに...

近所の犬を飼ってる人達と仲が良く、  
みんなでお出かけすることもあります。



ドライバー Sさん

「親友と3人で集まる2ヶ月に1回の  
生存確認のための温泉&食事会！」

親友は中学1年生の頃からの友達で  
50年以上の付き合い。（奥さんも同級  
生だからお互いに知ってる）

午前11時に集まって、夜中の1時まで  
喋って帰宅するのは夜中の2時過ぎ。

温泉ではいつも露天風呂に入って足が  
真っ赤になるまで3人で喋ってるね(笑)



事務所 Sさん





# SAISHO 365DAYS

～2024年の振り返り～

1月



第1回安全大会&ロコモチェックを行いました

2月



第2回ドライバースDAY、  
テーマはヘルシー。  
3色丼とけんちん汁を作りました

5月



ベジチェックを行いました

※ベジチェックとは手のひらをセンサーに約30秒押しあてるだけで、簡単に推定野菜摂取量を測定できる機器です。

6月



6月のドライバースDAYは  
煮込みハンバーグを作りました。  
第2回安全大会～荷積み荷下ろし～  
を行いました

9月



新社屋建設の地鎮祭を行いました  
完成は来年春～夏頃

10月



江東区内の小学校で  
交通安全教室を行いました。

2024年も1年間ありがとうございました。  
良いお年をお迎えください！



3月



令和5年度東京都スポーツ推進モデル企業  
に選ばれました

4月



4月のドライバーズDAYでは  
生姜焼き定食を作りました

7月



ヨガ、始めました

8月



創業69年目を迎えました

11月



トラック合同安全衛生委員会主催の  
健康経営セミナーを開催しました

12月



毎月10日に江東区富岡2丁目交差点にて  
ドライバーによる街頭指導を行いました。