

Vol. 46

2023.8.1 発行



2010年に新卒採用で株式会社中央物産の一員となった安藤聰志さん。現在は、配管材事業本部 国内事業部 製造2課 銅管第1班の副班長として活躍中です。入社1年目で6つのラインスキルを身につけ、現在では13工程ほぼすべてのスキルを習得したといいます。冷静さと広い視野を持ち、積極的な改善提案によって業務効率の向上に貢献する安藤さんに、仕事への思いを聞きました。

## 中央物産に入社した経緯を教えてください。

就職活動をはじめた折、「地元で働きたい」と考えていました。ある日、母から紹介されたのが中央物産です。母が勤めていた会社の取引先で、「いい会社だと思うよ」と勧められて興味を持ちました。その後、高校で中央物産の求人票を見つけて応募したところ、晴れて入社する運びとなったのです。

失敗の経験はありますか。それをどう乗り越えたのかも併せてお聞かせください。

今のポジションの仕事にも慣れてきた2020年～2021年ころの話です。フォークリフトを運転していたある日、急いでいたこともあって注意力が散漫になり、物損事故を起こしてしまいました。300万円近くする高価な「銅管アンコイラー」という設備を壊してしまったと知ったときには、顔面蒼白に……。しかも修理では直らず、入れ替えなければならないといいます。本当に申し訳ない気持ちでいっぱいでした。

当時はかなり落ち込んで、「もうフォークリフトに乗りたくない」と思いましたが、仕事ですからそのようなわがままは許されません。以降は注意を怠らず、周囲にも目を配るようになりました。今でも事故のことを思い出さない日はありません。失敗をしっかり受け止め、教訓として現在に活かしているつもりです。

仕事において、心がけているのはどのようなことですか。

1日、1週間、1ヶ月といった短期間ごとに目標を立てています。期間単位で達成度を確認し、足りなかった部分は改善策を考えるようにしています。

さらに、胸に刻んでいるのは、朝礼で社長がおっしゃった「後工程のことを考えて作業をする」という言葉。班内の工程に目を向けると、たとえば材料を準備する人にとっての後工程は、ラインに立ってその材料を使う人です。自分の工程にだけ注意を払うのではなく、周囲にも目を配ってコミュニケーションを取る必要があると強く感じています。コミュニケーションの第一歩は、やはり挨拶。自分から積極的に話しかけ、少しでも会話を広げるように心がけています。

多くの改善提案を出しているそうですね。ご自身が成果を感じた提案はありますか。

フォークリフト前面についているフォークに、4本の目安線が入っています。もともとは4本とも同じ色だったのですが、「1本ごとに別の色にした方がわかりやすいのでは」と考えて4色に改善しました。周囲からも好評で、とても嬉しく思っています。

思いついたことは積極的に試していますが、失敗するケースも多々あります。それでも効率よく良品を生産するため、これからもさまざまな改善提案をしていく所存です。

休日はどのように過ごされているのですか。

アイドルが好きで、以前はAKB48グループのコンサートや握手会によく足を運んでいました。コロナ禍になってからは、気軽に外出ができないため自宅でインターネットを見たり、車を洗ったりする時

間が多くなりました。

車は半年前に買い替えたばかりで、いつかあてもなくドライブしたいと思っています。広々と快適に過ごせるよう、車内にはあまり物を置かないことがモットーです。



新調した愛車です!

最後に、今後の目標をお願いします。

私は縁の下の力持ちタイプだと思っています。ラインの準備をしたり、班長を支えたりと決して目立つ役割ではありませんが、これからも全体をサポートするスキルを磨いていきたいと考えています。

「千里の道も一歩から」という言葉があるように、小さな目標を一つひとつクリアし、着実に歩みを進める安藤さん。今後のさらなる躍進を期待せずにいられません。

# 仕事と会社とメンタルと

3年前に外部のメンタルヘルス講習を受け、今も独学で精神疾患について学んでいるという曾我さん。

当時の講習内容や、今後にかける想いについて伺いました。

目に見えない病とどのように向き合い、何ができるのでしょうか。



配管材事業本部 国内事業部  
製造2課 課長

曾我 達也さん

## 講習で学んだこと

### 病気の始まりからプロセス、復帰までの道筋における知識

#### 1. 病名と症状

まず、精神疾患にはどのような病名が存在していて、それぞれの症状の特徴について学びました。有名なのは、うつ病や統合失調症などでしょうか。基礎的な知識の導入からスタートした次第です。

#### 2. 精神疾患を患った方との接し方

精神疾患を患った方と、どのように接するべきかについても理解を深めました。講師から最初に言われたのは、「頑張れ」というワードは絶対に使ってはいけないということ。積極的傾聴法によって、相手の話や意見を聞くのが先決のことでした。また、その時点で過度な要望を課すのもNGです。相手は精神的に余裕がない状態になっているので、様子を見ながら、少しずつこちらの考えを伝えていく必要があります。

#### 3. 職場復帰への道しるべ

精神疾患により休職された方が回復期に入り、会社に復帰するまでの手法を1つ教えていただきました。キーワードは「とりあえず」です。とりあえず仕事の服に着替えよう、とりあえず車に乗って会社に向かってみよう。そして、どこかのタイミングで、「やはりダメだ」と思ったらその日は帰るという形で、段階を踏んでいくというやり方でした。大事なのは、会社の時間リズムに徐々に近づけていくことです。仮に会社に向かわずとも朝8時に家を出て、散歩をしたり、図書館で本を読んだり、そして17時には家に帰るという規則正しい生活を送ることが、職場復帰へつながるとのお話でした。

実際、当社でも同じやり方で職場復帰された方がいらっしゃいます。「とりあえず手法」が成功した一例と言えるでしょう。



今後も学びを深めていきます



## 受講した感想

### 他社の取り組み

他社の方も数多く参加されており、個人的にお話を聞く機会がありました。驚いたのが、「メンタルヘルス課」や「心理相談室」のような専門の部署を作っている会社が少なかったことです。担当の方達はカウンセリングのみならず、残業が多い方の残業削減と一緒に取り組んだり、ストレスチェックの結果を分析、改善につなげたりと様々な活動をしているそうです。



じっくりと話を聞きます

## 受講後に社内に導入したこと

### 心の声を吐き出せる機会をつくる

私が管轄している範囲においてですが、メンバーとの定期面談を行うことにしました。「今困っていることある?」「要望はない?」といった形で、悩みを聞く機会という位置づけです。取り組みを始めてすでに1年以上が経過しており、これまでに4~5回実施しています。共通して耳にするのは、やはり人間関係のこと。どうしても人は相性があるかと思います。精神疾患を発症する際は、人間関係によるストレスが起因になっていることが少なくありません。そういった生の声を聞き、対処するのが私であり、上長の役目だと思います。

## 効果を感じていること

### 人間同士の相性による相乗効果

定期面談でメンバーの本音を聞く機会が増えたわけですが、ネガティブな意見だけではなく、「あの人と一緒にラインを組んでみたい」というポジティブな意見も出てきています。そして、いざ組ませてみると、生産性や品質の向上が見られたケースも発生しています。また、ある人から「組みたくない」と言われた人が、実は他の人とは相性が良い場合も。人ととの組み合わせ次第で、これほど結果が変わるものなのだと驚いています。

## 社員の皆さんに伝えたいこと

### 近い将来、少しでも心の負担を軽減できる場所をつくりたい

3年前に私が第1号として受講し、その後数名が講習に参加している状況です。私には、受講者で協力し、「メンタルヘルスチーム」として活動したいという想いがあり、メンタルヘルス不調の方にとっての「駆け込み寺」のような場所をつくりたいと考えています。

私は今もストレスや自律神経などの本を読み、独学で勉強を継続しています。今後、何らかの形で「ストレス解消のポイント」などについて発信していきたいと思っているので、もし目にした際は参考にしていただければ幸いです!

今後、Chubutsu Glocal Timesでも随時情報を発信予定です!  
自分のメンタルに目を向けて、より気持ち良く、生産性高く仕事ができるといいですね。

# 家族に伝えたい「ありがとう」

いつも支えてくれるご家族に、感謝の気持ちを伝えるこの企画。今回は6名の方のご家族へ向けて、普段なかなか言えない「ありがとう」のメッセージを綴っていただきました！

合計13名の家族です。  
同居していない家族でも30分以内で行ける範囲に  
暮らしています。我が家が都合や、  
それぞれ必要なときに、我が家に集まり、  
何かについてワイワイと語り、一緒に食事をしています。  
娘との1杯が楽しみです。

To 妻へ

仕事に関係なく、帰宅時に温かい、  
食事を出ようと奮闘している姿に感謝し  
ています。

配管材事業本部 国内事業部  
製造2課 チューピング班  
かとう しんじう

From 加藤 信二さん

料理がうまいところを  
とても尊敬しています。

To 母へ

いつも私のことをいろいろ想って、  
心配てくれる母。本当に感謝し  
ています！

中物ファーム（人事総務部）  
わたなべ めあ  
From 渡邊 芽亜さん

To 母へ

母も働いているのですが、家事をほぼやってくれてい  
ます。私は昼夜交代勤務で残業も多いので、非常に  
助かっています。いつもありがとうございます。コロナ  
前は母の誕生日においしいお店を探して一緒に食べ  
に行っていたのですが、ここ数年行けていませんでした。最近はコロナ禍も落ち着いてきたので、夏あたり  
にまた行きたいと思います。

料理がとても上手な母。  
いろいろなレシピを試したり、  
自分で考えたりして作る料理は  
どれも美味しい！

近所の人にもよくお裾分けをしており  
「美味しい！」と褒められています。  
また、弟はバレー、ゴルフ、テニス……と  
趣味が多彩。パソコンも詳しいので、  
パソコン関係のトラブルのときは、  
よく直してもらっています。

配管材事業本部 国内事業部  
製造1課 シート発泡班  
みやち かつひさ  
From 宮地 克尚さん

To 息子へ

お祖父ちゃんが入院してから、家事を手伝ってくれてありがとう。受験生でいろいろ大変だ  
と思いますが、やればできる子だと信じています。志望校入学を目指して、日々勉学に励ん  
でください。

今では何も言わなくても、  
家事を手伝ってくれます！

配管材事業本部 国内事業部  
製造2課 チューピング班  
いちおか よしのり  
From 市岡 容宜さん

昔から

「好きなことはどんどんやりなさい。  
同じぐらい仕事もだよ！」と言っていた母。  
また家族は「音楽や絵は、あなたを構成する  
大切なこと。いつか仕事を第一に考えて  
行動できるようになるまで、持病と向き合いながら  
ゆっくりやっていこうね！」と言ってくれます。  
家族のことを思うと、  
感謝の気持ちが溢れます。

ケミカルプロダクツ事業本部  
国内事業部 製造2課 パッキングG  
はら たかし  
From 原 隆史さん

To 母へ

体調が悪くふさぎがちなときも、朝お弁当を作つて  
「おはよう、調子はどう？」と声をかけてくれます。ご  
く当たり前だと思っていたやりとりですが、少し復調  
してきた今、ありがたいなあと実感しています。  
お昼休憩でお弁当を開ける瞬間はほっとします。  
これからも頑張ります！ありがとう！オカン！！

飼っている犬が雷などで  
怖がっているときに、  
一緒にいてあげる優しいところが  
好きだなと思います。

テレビに動物が映るだけで、  
「可愛い！」と騒いでしまうくらい  
動物好きなところも好きです。

To 母へ

いつもくだらないことや、ダラ絡みをしても一緒に  
笑ってくれることが嬉しく思います。  
母自身の買い物があまりできていないので、いつか  
大量の服を買ってあげたいと思います。

配管材事業本部 国内事業部 营業課  
はしご さほ  
From 橋戸 咲歩さん

# ★スポットライト★

食べることが大好き！  
グルメ旅行でリフレッシュ！！

「グルメ」と「旅」をこよなく愛する小幡さん。  
美味しいものを探して訪れた数々の地で  
起きた、まさかのハプニングとは……！？

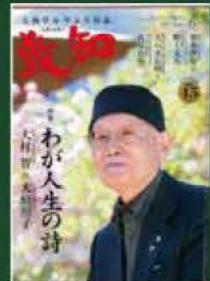
経営管理本部  
経理部 主任  
おばた こうの  
**小幡 香乃さん**



全国制覇にはほど遠いですが、テレビやネットなどで情報を得ては、次のグルメ旅行を計画しています。とくに印象に残っているのは、2人目を妊娠中に訪れた、猛烈に食パンが食べたい時期。ちょうど世間でも高級食パンが流行っていたころで、あちこちの高級食パンを食べ比べていました。そのようなときにテレビで「土曜日限定！2時間で110本の食パンが売切れ！幻の食パン専門店！」が栃木県にあるのを知り、行ってみることに！朝8時に整理券が配布され、なくなり次第終了とのこと。夜中に出発し、残り5個くらいのところでなんか整理券をもらうことができました！（前に並んでいた方々がもう少し多く購入していたら買えませんでした……）今思えば栃

木まで、食パンのためだけによく行ったものだと思います（笑）付き合ってくれた家族には感謝です。ところで私の旅行にはハプニングがつきもので、あるときは旅行バッグ一式を玄関に置き忘れ、現地で調達。またあるときは予約していた屋形船に乗る1時間前にサンダルが崩壊。慌てて購入し、滑り込みで乗り込めたとホッと/orするやいなや、雨が降ってきました。最終的にはズブ濡れに（笑）このほかにも旅行先では数々のハプニングに見舞われましたが、今となれば旅行にはハプニングがつきもの！と全て笑い話です（笑）最近は肉汁いっぱいのハンバーグが食べたくて、次の旅行を計画中。オススメがありましたら、教えてください！

次回の担当、ご指名は…… 元経理部で後輩の 繁穂湧太さん！現在、ケミカルプロダクツ事業本部の業務改善で大活躍中です。



## 木鶴会レポート

ケミカルプロダクツ事業本部  
国内事業部 営業課  
**小池 直実さん**

配管材事業本部  
国内事業部 営業課

かすや れおん  
**柏谷 恵士さん**

「使命感」「一生懸命」「去稚心」……。この言葉を聞いて皆さんはどうなことを連想しますか？お三方の学びから、自分にはない価値観が見えてきそうです。

日本に生きる以上戦争の歴史と付き合っていく必要があると感じました。欲しいもの選ぶことのできる今、食料や住む家までも失ってしまった方が少なくない時代が、自分の住んでいる国の過去である、この事実と歴史はこれから世代にも語り継いでいく必要があると感じました。本文中には、「一生懸命」や、「必死に生きてきた」などの言葉がありますが、この姿、姿勢を見習い、これからを生きる私たちが学ぶべきであると考えます。戦争の過去だけでなく、過去を「生きてきた人々」を学ぶべきと感じました。

いしはら たくみ  
**石原 厅さん**

私は今まで何事に対しても責任感を持って取り組んできました。責任感を持つことはもちろん大切です。しかし「使命感があるから多少困難があっても『よしやってやろう』という力が出る」という文章を読み、与えられた責任だけで動くのではなく、与えられた責任の中から使命を見出せるように捉え方を変えていきたいと思いました。

正直、恥ずかしながら私は橋本佐内のこれまでについてまったく知りませんでした。そこでネットで橋本佐内の啓発録を購入し、さっと読みました。彼は常に自己啓発を追求し、自分自身を高めるために努力し続けました。啓発録にある5つの決意「去稚心（きょちしん）」、「振気（しんき）」、「立志」、「勉学」、「折交友（たくこうゆう）」。最初の去稚心は未熟や幼稚さから脱し、大人としての成熟と責任を果たす心を育むことを意味します。人として生まれ、当時とは比べものにならない恩恵を受けて生きている現代人にとって、大志を抱き社会や次の世代に貢献するために、稚心を捨て去ることも大切なことかなあと感じました。

待ちに待った「おいでん祭」が4年ぶりに開催されます！  
2023年はお神輿と担ぎ手の衣装も一新！  
気合い十分なレクリエーション委員長の志津さんに、お祭りへの意気込みを伺いました！

# 4年ぶりのおいでん祭

レクリエーション委員長

配管材事業本部 国内事業部 製造技術課  
課長代理

しげ こうたろう  
**志津 弘太郎さん**



開催までの準備には約半年を要します！

- 4月 お神輿の修繕または新規作成の開始。
- 5月 練り歩きへ参加する社員の出欠確認、当日の決起集会・打ち上げの企画、担ぎ手の衣装などの段取りを進める。
- 6月 決起集会・打ち上げの出しものを決める。
- 7月 練り歩きの道具や飲み物、決起集会・打ち上げの材料や食べ物などを手配。7月中旬～下旬にはお神輿が完成。
- 8月 連休前にレクリエーション委員で最終的な当日の段取りを打ち合わせ。

### 当日は忙しかった忙し！

お祭りは夜からですが、レクリエーション委員は当日の昼から会社に来て、練り歩きの準備、決起集会・打ち上げの会場設営、バーベキューの準備などを行います。前回2019年のレクリエーション委員は、料理をしたことがないメンバーばかりで、バーベキューや焼き鳥の調理に大苦戦。冷凍保管してあった焼き鳥を、解凍せずフライパンで加熱して、表面がまっ黒焦げに……（笑）その反省を活かして、今年のメンバーには料理経験者も選出しました。

### 豆知識 「おいでん祭」と中央物産とのつながり

「おいでん祭」は、中津川青年会議所\*が「中津川市民の方に郷土愛を育んでもらいたい」との思いからできた夏まつりで、1997（昭和52年）年に「LOVE中津川夏祭り」として始まり、1987（昭和62年）年に名称を「おいでん祭」と変えて今に続いています。

「おいでん祭」の前身である「LOVE中津川夏祭り」を立ち上げたのが当時、青年会議所に所属していた三尾会長をはじめとするメンバーの皆さんでした。また、三尾社長は12年前においでん祭実行委員長を務められ、2013年には林部長が、2017年前には勝岡課長が青年会議所のまつり委員長として「おいでん祭」の指揮を執っていた経緯もあります。現在では、青年会議所に所属している佐々木課長、北村課長代理も「おいでん祭」の運営に携わっています。

当日は、多くの皆さんで中津川と中央物産を盛り上げ、楽しめましょう。

\*中津川青年会議所：  
「明るい豊かな社会の実現」を理想とする20歳から40歳までの青年の団体

子どもたちの笑顔が  
やりがいに

お神輿の練り歩き当日は、小さなお子さんも見学に来るため、毎回お菓子や光るおもちゃを配ります。そのときの子どもたちの嬉しそうな笑顔が忘れられません。各企業のお神輿に興奮する子どもたちの表情も、とても印象的でした。



今年も気合い入ってます！

4年ぶりということもあり、2023年のお神輿参加企業は前回2019年と比べて、半分となりました。「お神輿の練り歩き」は地域の方がとても楽しみにしているお祭りのメインイベント、そして地域の伝統を象徴する重要な行事。参加企業の一員として精いっぱい盛り上げたいと思います。今年はお神輿のデザインや、担ぎ手の衣装も一新！気合いは十分整っています。当日はお祭りを盛り上げるとともに、中央物産という会社も盛大にアピールしたく考えています。



現在、2023年versionのおみこしを製作中！



## 次回予告

次回は誰だ？「巻頭インタビュー」  
人気企画「ママ社員紹介」  
あなたのこだわりを教えて！「秋の夜長の過ごし方」  
「スポットライト・木鶴会レポート」