



# パワーネット通信

2019年  
3月

第163号



人財採用・定着率アップ いい会社づくりを応援します

## 朝礼は明るい挨拶からスタート 参加型の朝礼で元気力UP!

当社の朝礼は、社員全員での明るいあいさつからスタートします。お互いに目と目を合わせて笑顔で元気よく挨拶できるよう、AOHのポイントを意識して発声するようにしています。

### あいさつの発声ポイントAOH

- A=明るいソの音
- O=大きな声
- H=ハキハキと最後まで聞こえる
- 心の中で山を描くように発声



そして、大事なことは、目の前にお客様がいるんだということを意識して、朝礼のあいさつができるよう、当

番制で第1発声を行っています。

つまり、全員が意識して参加できるように、朝のあいさつ発声を当番制にしました。1週間ごとに持ち回りであいさつの発声をしています。

あいさつが上手な社員はみんなのお手本になりますし、少し苦手な社員もみんなの前で発声することで、いつもより頑張っ、あいさつすることを意識するようになりました。今日は私がみんなのお手本になるんだという心構えが育ってきたのだと実感しています。



この参加型朝礼で、社員の元気力を養いたいと思っています。

いつどんなタイミングでも、お客様に最高のあいさつをするためには、それを提供する社員同士が明るい挨拶ができる職場づくりが不可欠だと感じています。

(谷淵ゆきこ)



パワーネットスタイルで残業ほぼゼロ!  
『タイムマネジメント』で生産性アップ!



## 「時間管理」と「タイムマネジメント」はどう違うの?

「タイムマネジメント」と「時間管理」の違いは何でしょうか?

◇時間管理:計画が時間どおりに行われているかの管理

◇タイムマネジメント:時間あたりの生産性を高める時間管理

「時間管理」は時間の「管理」で、「タイムマネジメント」は限られた時間を、いかに有効に使うことができるかの「技術」なのです。

こんなに有益なタイムマネジメントを取り入れることで、メリットが2つあります。



### 1.生産性の向上

効率よく仕事を進め定時に終わることで、社員の生

活に余裕が生まれ、健康が増進され生産性も上がります。

### 2.人手不足に対応できる

タイムマネジメントを導入することで限られた人手でも、より多くの仕事を進めていけます。

以上のように、生産性向上と人手不足の解決に有効であることが分かります。

人手不足の現代、増えることのない人員体制の中で大切な業務の時間を確保し、生産性を維持するためにはタイムマネジメントは不可欠なツールです。

ぜひ、取り入れてみませんか!

(青山真由美)



舌や頬のあたりに少し痛みが感じられます。

# 『アイウベ体操』

普段みなさんの舌は、口の中でどの辺りにありますか？本来は、舌が上顎にくっついているのが理想的です。

今月はパワーネットが実践している、「アイウベ体操」をご紹介します。

冬になると弊社では室内温度と湿度、手洗い・うがい、換気を徹底しています。それにプラスして昨年から「アイウベ体操」という口腔体操も行っています。

この体操の行い方は、大きく口を動かし、4秒ずつ「アー」、「イー」、「ウー」と発声したあと、舌を出し「ペー」と言うだけです。一見、簡単そうに見えますが全力で行うと

この体操を継続して行うことで、舌が上顎にくっつき、自然と鼻呼吸をしやすくなり、インフルエンザや風邪予防に効果的です。

弊社では週に1回、3分間だけですが社員全員でアイウベ体操を行う時間をとっています。実際に、弊社ではこの体操を導入してからインフルエンザにかかる社員が減少しました。

1日に30回の体操を続けるだけで、舌を支える筋肉が鍛えられます。いつでも、どこでもできる体操なので、みなさんぜひお試しください。

(瀧口千尋)

山形で教員をしていた新任のころ、子どもたちと学校の裏山に出て思う存分、風や草のにおいを感じながら駆け抜けて寝転がり青空を見上げました。

何も無い爽快な時間、とても素敵な時間だったと思います。

今から考えれば、それは、教員になりたてで、生意気だった頃。でもその時の充実感と解放感、子どもたちの笑顔を今でも時々思い出します。

著者は現在、麹町中学校の校長をもう五年勤めています。

日比谷高校から東大へと進む名門校です。

注目されている取り組みには、服装頭髪指導を行わない、「宿題を出さない」、中間、期末テストの全廃「固定担任制の廃止」などがあり、初めて聞く方はびっくりすると思います。



## 快読良書

本から学ぶビジネスヒント



学校の「当たり前」をやめた 生徒も教師も変わる！公立名門中学校長の改革 工藤勇一著 時事通信社 ¥1800円+税

目的と手段を取り違えない、「上位目標を忘れない」、自律のための教育を大切にすることを。

「こつしたいくつかの基本的な考え方を大切にして多くの学校で「当たり前」とされてきたことについて見直しを続けています。

それは、著者にとって、教師としての習慣や考え方をそぎ取る作業でもありました。

みんな仲良くと教室に掲げても、子どもたちは仲良くなりません。

他者意識のない作文、目的意識のない行事、すべてやめませんか？

感動しました。あなたにおすすめの本です。ぜひ、「一読を。」

代表 谷淵陽子

株式会社パワーネット ~人と企業の幸せをつなぐ地域創造企業~

- ・事業内容：
  - 正社員紹介事業
  - リーダー研修・生産性向上研修事業
  - 業務を効率化するアウトソーシング事業

・所在地：〒763-0033 香川県丸亀市中府町一丁目 19番地 1

・連絡先：電話 0877-58-0540 FAX 0877-58-0541  
Email info@zinzai.net

### 四国でいちばん大切にしたい会社大賞 受賞

【表彰理由】

- ◎地元企業に子育て女性が定着しやすく働きやすい職場づくりを支援
- ◎残業ほぼゼロ、有給休暇取得率90%以上を実現



←弊社ホームページはこちら♪

☆子育て行動計画策定企業に認定されました☆



ご用命の折は、ぜひご一報ください。後悔はさせません。