

### index

レクリエーションレポート  
秋の大運動会  
濃い〜ところ  
安全衛生委員会  
展示会レポート  
ハイウェイテクノフェア  
パロ電機訪問記  
お近づきのしるし  
グルメノススメ  
小出社長からのススメ

Good&New  
内藤さん、石田さん  
新工場追跡レポート  
基礎工事始まる  
本日定時退社につき  
レク委員打ち上げ  
やわらかコラム  
リフレッシュ呼吸法  
おたよりについて  
コンテストについて



Bubble Sumo



Ban-Zaaa!!!



Tsuno-san & Maid



good!



Cutell! Toyoko chan



Super MC



good!



Dodge ball is fun!!!!



Japanese YANKEEEE



Are you KIKKAWA KOJI?



Policeman



Good job!!

## 東洋電装 秋の大運動会



# 2019年10月18日(金) in 東野公民館 秋の大運動会

なんと4年ぶり! レクに運動会が帰ってきた!! 凍える冬に向けて肌寒くなってきた今日この頃…。しかしこの日の東洋電装社員は熱く燃えていました!! いつも一緒に働いている事業のメンバーと、知恵を出し合い、協力し合い、手をつなぎ、数々の変な競技を乗り越えた先で手に入れたものとは…?!



①ラジオ体操でまずは体をほくそう。桑健さん、向きが反対だよ②設計・総務チーム頑張るぞ!! 揃いのピブスを着て、徐々にテンション上がってきた③『出勤5分前』での一コマ。用意された衣装を着て走れ走れ! ④『座布団取りゲーム』。音楽が止まったら素早く正座! 強いのは生産チーム⑤『借り物競争』にて、「マッショマン見つけたよ!」と藤山さん⑥ポリス、メイド、JK、長ラン、女の子。みなさんよくお似合いです⑦激しいぶつかり合い『バブル相撲』。意外と体力消耗します。

## PICK UP!

事業ごとに分かれたチームで得点を競います。午前は個人種目。チームのために上位を目指します。午後はペアと、団体競技。チームの仲間との絆が試されます。

### ●プログラム

- |                         |                       |
|-------------------------|-----------------------|
| 1. 開会式<br>選手宣誓<br>ラジオ体操 | 7. 夫婦道                |
| 2. 出勤5分前                | 8. 新聞タワー              |
| 3. 座布団取りゲーム             | 9. ジェスチャーゲーム          |
| 4. O×クイズ                | 10. ドッジボール            |
| 5. 借り物競争                | 11. フラフープぐるり          |
| 6. バブル相撲                | 12. 閉会式<br>結果発表<br>表彰 |

### ●チーム分け (当日参加できた方)

| 高速  | IoT   | 生産  | 設計・総務   | 介護・間接   |
|---|---|---|---|---|
| 木原<br>折出<br>大林<br>平川<br>藤田<br>井上<br>三宅(叶) | 驛場<br>岡田<br>久富<br>赤澤<br>木村<br>若宮<br>金重<br>石嶋<br>上土井 | 桑原(健)<br>武田<br>熊原<br>黒本<br>佐々木(祐)<br>角谷<br>祖川<br>藤山 | 桑原(康)<br>越智<br>竹重<br>坂口<br>門田<br>倉田<br>鳥居<br>野北<br>小田 | 桑原(弘)<br>狄野<br>西尾<br>山根<br>江口<br>豊田<br>上井<br>戸谷 |



⑧『バブル相撲』のスペシャルマッチは購買チームの師弟対決! 相撲のフォームまで似てる。いい勝負でした⑨ワイワイ戦況を見守る赤色ピブスは介護・間接チーム。一人だけ運動用ウェアを忘れてきたのは、何を隠そう桑原社長です。⑩午後の部一発目の競技『夫婦道(めおとみち)』。奥さん役が浮き輪をボーイ! 旦那さん役は手を使わずに頭でキャッチ! 一発で成功したコンビは相性抜群!





①メンバーで知恵を出し合い一番高いタワーを作れ!『新聞タワー』を制したのは高速道路事業。②ジェスチャーだけでお題を表現する『ジェスチャーゲーム』。大爆笑の白色ピブスはIoT開発事業。誰のジェスチャーを見てそんなに笑ってるの?③「勝つぞー!」「オー!」円陣組んで本気モード。この日一番の盛り上がりを見せたのが『ドッジボール』。ドッジボールなんて何十年ぶり?と、言いつつ、みんないい球投げるわ ④20・30代男子が主力と見せかけて、女子もバンバン捕る投げる!60代もキレキレ!東洋電装にドッジボール部ができそうな勢いです ⑤最後は仲良く手をつないで『フラフープくぐり』。全身でフラフープをくぐって喘ごまでつなげよう! Shall we dance? 越智さんと小田さん踊ってる?⑥優勝したのはIoT開発事業のみなさん!賞品は『10万円分の祝勝会』。おいしいもの食べて下さいね。



# THANKS

秋の大運動会の企画、準備、運営を行ったのは、今年度のレクリエーション委員会のみなさんです。  
折出さん、平川さん、金重さん、三宅(叶)さん、戸谷さん、ご協力いただいた皆さん、お疲れ様でした!



う、筋内補か...







## TDグループの 濃い～ところ

東洋電装のお仕事、製品について  
詳しくご紹介します

## 従業員の 安全と健康を守ります。

### ▶▶ 社内委員会紹介

## 安全衛生委員会

安全衛生委員会とは、従業員の安全と健康を守るための取り組みを、会社の先頭に立って行っていく委員会です。仕事中に起きる事故や、長時間労働によるストレスなどをなくし、社員が心身ともに健康な状態で仕事ができるよう活動しています。

#### 委員会メンバー

産業医 箱守先生  
議長 桑原(健)さん  
衛生管理者 野北さん、小田さん  
委員会メンバー 阿津地さん、瀧本さん、竹重さん



### 💡 そもそも安全衛生委員会ってなに？

「安全衛生委員会」とは、従業員の安全と健康を守るための活動をする組織です。働く人が50人以上いる場所では必ず設置しなさい!と法律で決まっています。

#### ◆目的

「**労働災害防止の取り組みを会社と働く人一緒になって行うこと**」

仕事に起こる事故だけでなく、最近は職場のストレスや長時間労働から心の不調を訴えるケースが増えています。会社はこうした災害を減らして従業員の心身の健康を守る努力が必要です。そこで、日々安全で健康的に働くことのできる職場環境を実現するために現場の意見を反映しながら改善・予防に取り組むことがもてられています。

#### 安全衛生委員会の流れ

##### 労災事故の報告

内容を把握し、今後の対策と予防について議論

##### 労働時間の報告

残業時間が100時間を超える従業員について報告  
産業医との面談を決定

##### 従業員の健康管理

産業医からの指導・相談あり

##### 衛生講話

産業医から衛生についての講話

## 展示会レポート

### ハイウェイテクノフェア in 東京ビッグサイト

10月8~9日



東洋電装メンバー集合写真！



メイン展示は「管理」×「IoT」

高速道路の建設・管理技術「ハイウェイテクノフェア 2019」が、10月8日(火)~9日(水)の2日間にわたり東京ビッグサイトで開催されました。多くのお客様にご来場いただき、誠にありがとうございました。

### 簡単アンケートのCSモニタ

この度は「管理 × IoT」をテーマに、

- ①業務効率と電源安定供給の実現を目的とした、「ネットワーク対応型の自動復帰ブレーカ」
- ②SA、PAトイレ利用者の安全管理と顧客満足向上を目的とした「簡単アンケートのCSモニタ、利用状況把握の満空表示システム」
- ③現場での置き忘れ防止による安全向上を目的とした「工具、資材管理システム」

以上をメインに展示させて頂きました。

産業医  
の  
ご紹介

## 身体と心の健康を守るお手伝いを していただいています。

### 産業医 箱守先生のお仕事

- ① 職場が働きやすい職場環境になるよう指導します。
- ② スタッフの健康管理・健康指導について、健康診断結果のチェック後、異常が認められた従業員に対し、就労できるか判定。また、予備軍に対して指導を行います。
- ③ 精神的な健康を保つため、要望があれば、相談や面談をうけつけます。

産業医として、みなさんの体と心の健康を守るお手伝いをします。  
お悩みなどありましたら、お気軽にご相談ください。



医療法人社団恵愛会 安佐病院  
精神科医師 箱守 英雄先生



広報  
おだちゃんの

# バロ電機 訪問記

VALO DENKI HOUMON-KI

お近づきのしるしにと、  
元パティシエ小田手作りの  
プチシューをみなさんへ♪



スイーツの前ではみんな笑顔  
川村さん、お味はどう？

「食べましたね～!!さあ、  
ネタを頂きましょうか…」  
なんて、脅迫めいた言葉にも  
関わらず、みなさん優しく  
ネタ提供してくれましたよ。



プチシューもどうぞ♪  
川崎さんと藤田さん



思わず「CDジャケットみたい」と  
盛り上がった、おススメの一枚がこちら。  
空を見上げる諏訪田さん!!  
諏訪田さん「載せたらファンが増えちゃう(汗)」

## グ ル メ ノ ス ス メ

会社近くの行きつけのお店や、出張先で出会ったご当地グルメなど、  
TDグループ社員のみなさんから教えていただいたグルメ情報をご紹介します！



萬来軒  
尾道でラーメンを  
食べるならココ!

愛媛県今治での仕事。  
途中で寄り道して、お気入りのラーメン屋「尾道ラーメン萬来軒」でのランチです。このラーメン、やはり最高です!!



チャーハンもよ!



今治といえば、焼き豚玉子飯!  
大黒屋飯店



今治には多くの焼き豚玉子飯の店がありますが、私の中でトップ3に入るお店。玉子がなくて、焼き豚だけでも食が進みます!!





### 東洋電装 内藤 茂之さん

小型ですが、DSP搭載のちょっとだけ本格的なトランシーバを手に入れました。アンテナとテクニックが追いつかず実質的開局は延期となりました。

### 東洋電装 石田 明浩さん

三連休の土日は台風で出かけることができませんでしたが、10月14日に三段峡で渡り船に乗って黒淵を覗いたり、ヤマメの塩焼きを食べたりと、涼しい季節に行くことができて本当に良かったなと思いました。



## 新工場 追跡レポート

### 基礎工事進行中!

新工場、工事が進んでいます！先月の更地状態から一変。すでに基礎工事が始まっていました。日々出来上がっていく新工場の進捗情報を今後もお見逃しなく！



## 本日定時退社 につき!

10月18日(金)

レクリエーション「秋の大運動会」終了後、レク委員会メンバーの打ち上げが「来入喜人」にて行われました。



折出さん・平川さん・金重さん  
三宅(叶)さん・戸谷さん

おつかれさん





# ゆるかユラ

今月の  
テーマ

## 呼吸法で、心も身体も整えよう

ストレスの多い生活を送っている現代人。  
日々のイライラや、不安、不眠などに悩まされていませんか？  
あの安倍首相も実践しているという呼吸法で、心も身体もリフレッシュしましょう。

### ヨガを参考に考案された効果的な呼吸法

自律神経の乱れを調整し、緊張や興奮などを鎮める効果が高く、リラックス効果が得られます。  
不眠症やストレス改善にはうってつけの瞑想方法です。  
比較的効果が現れやすく、時間・場所を問わず実践できる対処法で、世間でも注目されています。

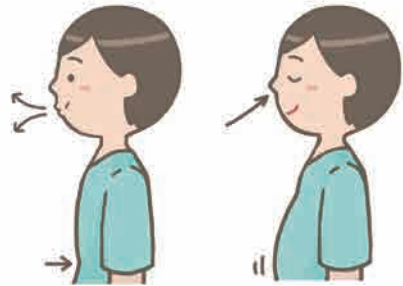
### 身体の緊張は、心の緊張にもつながっている

ストレスにより過度の緊張状態が長引き、交感神経が優位な状態が続くと、呼吸が浅くなってきます。  
そうすると、全身の血管が収縮して筋肉が硬くなり、血圧が上がる、肩こり、頭痛などの症状があらわれやすくなります。こうした悪循環により、体も心も疲れを感じてしまうのです。

### 一緒にやってみましょう！

やり方は簡単です。  
気持ちが落ち着くまで（目安として3～4回の約1分間）下記の①～④の呼吸を数回繰り返すだけ！！

- 1 お腹をへこませて、完全に息を吐き切ります。
- 2 ゆっくり4秒かけて、鼻から息を吸います。
- 3 7秒間息を止めます。
- 4 8秒かけて口からゆっくり息を吐き出します。



※秒数通りにすると息苦しくなる人は、数にこだわらずにゆっくり呼吸して、息を吐き切ることを意識してやってみましょう。

仕事の合間や、寝る前に。お手軽な呼吸法で、体も心もすっきりリフレッシュさせてみてはいかがでしょうか。

## おたより募集中



みなさまからのおたよりを募集しています！  
たまごtojを読んだ感想や、東洋電装への素朴な疑問、  
頑張ってる社員へのメッセージなど、みなさまのご意見  
をお聞かせください。

## お絵描きコンテスト

豪華景品のプレゼントがあるかも？！  
大人も子供もこぞってご応募ください。

応募×切  
11/26必着

### 【応募方法】

●氏名●掲載用ペンネーム●住所●電話番号●投稿内容  
を記入して社員へ手渡し、またはEメール、郵便、FAXにてお送りください。

※掲載にあたり、文章に手を加えさせていただく場合がございます。

※二重投稿はご遠慮ください。

※掲載された方には薄謝をお送りしますので、住所・氏名・電話番号は正確にお書きください。

※ご記入いただいたあなたの個人情報は、この企画の目的以外には使用いたしません。

【Eメール】  
info-hp@t-denso.com

【郵便】  
〒731-0103  
広島市安佐南区緑井4丁目22-25 広報  
【FAX】  
082-831-2588