

TDグループ社内報

たまごとし

2023

06

vol.97

index

特集

育休インタビュー
ジョカツについて

ゼロからのDX
セキュリティリスク

ぶちTDニュース
広告掲載について
坂本さん大賞受賞 など

Good&New

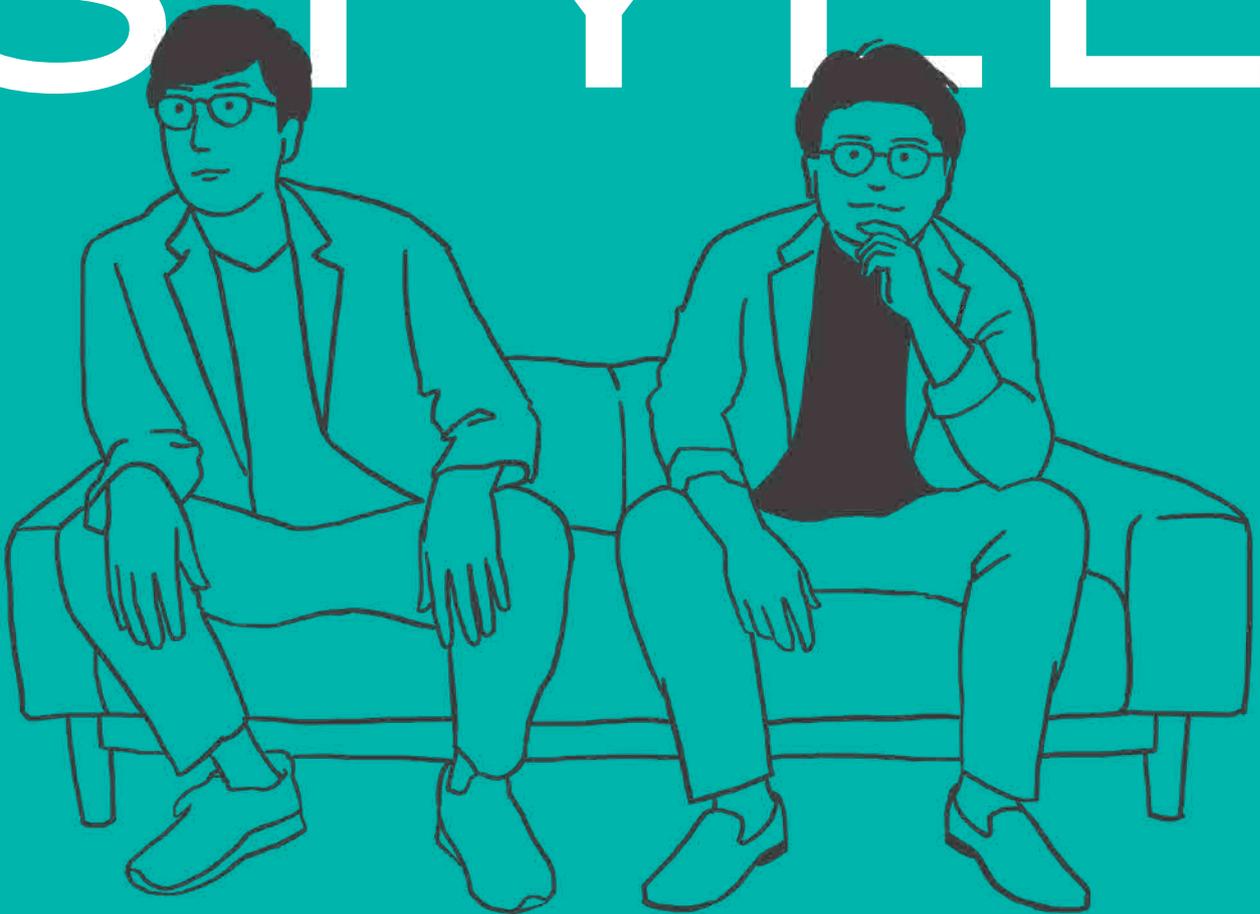
田上さん
山縣さん

衛生だより
血圧について

おたよりについて

変わっていく時代と、あたらしい働き方。

NEW STYLE



男性社員初めての育児休暇取得インタビュー

男性社員 初めての育児休暇

僕らの育休が会社を変える

TDグループで、男性としては初めて育児休暇を取得したお二人に、育児休暇をとった経緯や感じたことをインタビューしました。
(インタビューは戸谷です。)

戸谷 育休を取ろうと思ったきっかけは何ですか？

折出 実は自分から取りたいです！と宣言したわけじゃないんです。

越智 会社として男性社員の育休取得という事例を欲していた時で、タイミングが重なったんだよね。

戸谷 そのきっかけがなかったら育休を取る気はなかったですか？

折出 まったく頭になかったですね。

越智 ただ結果取って良かったです！

戸谷 育休を取ることに不安や抵抗はありましたか？

越智 何かトラブルが起きた時とか、フォローが必要な時の対応が少し心配でしたね。事業運営など誰かに任せきれない部分は休暇中もちょこちょこ様子を見ていました。

折出 僕の場合は休暇中もある程度仕事を両立してやるのが前提でしたが、ちゃんと事業が回るかな？という不安はありました。でも、意外と回りますね。

越智 なんとかなることが分かったのは良いですね。ただ逆に「ここがやばい」という部分も見えるという。

戸谷 休暇前に何か特別な準備をしましたか？

越智 自分がやっているプロジェクトの引継ぎをしました。これに関してはうまく回っていない部分もありましたね。事業の業務についてはメンバーが頑張ってくれて特に問題はなかったです！

折出 僕は特別引継ぎらしいことはしてないです。休暇中も電話などで連絡をとってましたしね。準備でいうと、同じ事業リーダーで

ある越智さんが先に育休を取っていたので準備しやすかったです。

戸谷 育休を取ることに周りの反応はいかがでしたか？

越智 奥さんとは「助かる！」という反応でした。親は驚いてましたね。「そんな時代か〜」って。

折出 うちも親族が特にびっくりしてましたね。

越智 あと社員からのリアクションが良かったことは印象的でしたね。2週間も休むことについて誰も迷惑そうな空気を出す人がいなくて意外でした。文句の一つや二つ言われるかと思ってました(笑) でもこれで今後育休取りやすくなったと思うんですけど、どうですかね？

折出 絶対取りやすくなったと思いますよ。僕らも否定できないですしね。

越智 メンバーに「育休取りたいです」って言われて「無理やる」なんて言えない。自分が取ったんだから(笑)

戸谷 休暇中はどんな風に過ごしてましたか？

越智 赤ちゃんのことは意外は全部僕がやる！という感じで家事や子供たちの面倒を見ていました。

折出 僕は何かを分担していたわけじゃなくて、その時できることをやるという感じで臨機応変にしていました。

越智 朝に関しては仕事している日よりも忙しかったです。子供たちに朝ご飯を作って、連絡帳にサインして、宿題やってるかチェックして、友だちとの約束に遅れないように送り出して、玄関の掃き掃除して、トイレ掃除して、洗濯機回して……。あっ先に洗濯機か！これ何回も奥さんに注意されたんです。「先に洗濯機回した方が効率いいじゃん！」って(笑)

折出 ネットに入れるものをちゃんと入れてないのも怒られますよ。

越智 それも重要！休暇中、家事をたくさんやることで、「家事ができる人は仕事ができる人だ」って気付きましたね。常に次にすることを考えて動くので。

折出 休暇中は赤ちゃんだけじゃなくて上の子たちをちゃんと見ることも気を付けていましたね。

越智 それは僕も同じことを考えてました。赤ちゃんにお母さんをとられたという感覚があると思うので、上の子たちへのケアは大事ですね。

折出さん

高速道路システム事業リーダー

育休取得期間 … 2週間 (2023年1月)

お子様情報 … 👤 小2 👤 幼稚園 👤 赤ちゃん



戸谷 育休を取って良かったことは何ですか？

折出 何より家族が助かったことが大きいですね。家に大人が一人増えただけで全然違うんだということがわかりました。

越智 奥さんがどれだけ大変かわかったのは良かったですね。二人目の子が産まれたときは全く何もなかったから、本当に大変だっただろうなと思います。

折出 仕事に関する面では、僕がいない間の業務をメンバーたちが協力して進めてくれたことが良かったです。案外なんとかなるとわかったし、良いきっかけになったと思います。

戸谷 メンバーにとっての意識向上につながって良かったですね。

折出 普段の仕事では同じような経験は難しいと思うのでいい機会になりました。

戸谷 育休を経験して考えが変わったことはありますか？

折出 これは折出家の場合ですけど、奥さんがやってる家事を代わりにやればいって話じゃなくて、今どんな心境なのかを理解した上でケアが大事なんだと気付きました。一番の理解者じゃないといけないんだと再認識できましたね。

越智 常識が変わりましたね。今までなかったでしょ、男性社員が育休を取るって。

戸谷 機会があればまた育休取ります？

越智 次産まれても絶対取りますよ！

折出 うんうん取ります。

戸谷 会社の制度で整備が必要だと思うことはありますか？

折出 まず育休についてですけど、最低一か月取ってほしいなと思いますね。

越智 一か月あると良いね。

折出 産まれる前なのか後なのか、期間を分割できるとか、多少自由度があってもいいなと思います。

越智 もしかしたら旦那さんに育休取ってほしくない家庭もあるかもしれないし。

折出 そうそう。家庭環境とかお産の方法によって状況はそれぞれ違うし、「育休とは〇〇週間休みを取るものである！」というものじゃなくて、柔軟な制度であってほしいですね。

越智 社員本人じゃなくて奥さんのケアにつながる制度があると

いいなと思いませんか？

折出 そうですね。うちの場合は、一日でも奥さんの用事が空っぽになる日が必要だと思うんですよ。

越智 今できます？

折出 現状はできません。会社に子供を連れてくることができれば可能になりますね。子供が叫んでもいい部屋があったらいいな。様子は自分で見つつ、遊ばせておけるような。

戸谷 5年後10年後の働き方はどうなっていくと思いますか？

越智 以前可部事業所のメタパスを作ったんですけど、テレワークの人もリアル出社の人もメタパス上で会議室に集まって、リアルに近い空間が簡単に作れたんですね。今後、テレワークの人とリアル出社してる人の区別がなくなるのが目標です。

折出 仮想の中でのリアルが充実すれば、その場にいるいないの差はなくなるんでしょうね。

越智 ここ数年でかなり変わってきてるので、これからもっと変わると思いますよ。僕らもついていかなきゃいけないですからね。

折出 単純に、デジタル化が進んで働きやすくなりましたよね。

戸谷 越智さんは育休期間の前後でテレワークもかなり活用してましたよね。

越智 週3くらいテレワークでしたね。会議の合間の10分くらいで赤ちゃんのお世話するとかしてました。

折出 みんなもテレワークをうまく使ってほしいなと思いますね。

越智 家にいるってだけで全然違いますからね。

折出 子育てしながら働くことについて、社内の空気感がこれからもっといい方向に変わってほしいなと思います。みんなの受け入れも大事ですからね。

戸谷 社員のみんなに伝えたいことはありますか？

越智 育休は絶対取った方がいいと思います。そして、家族のこともケアできる働き方を推奨する会社であることを、社員の家族にも知ってほしいです。世の中の流れに合わせて中小企業も変わっているんだってわかってほしいですね。

折出 まず、僕が育休でいない間に色々対応してくれた事業メンバーには感謝ですね。それによって見えたこともあるし、育休を取って良かったです。みんなもうまく活用してほしいなと思います。

TDグループの育児休暇制度は、今後もすべての従業員とその家族のために進化し続けます。みなさんの働き方に関する理想や提案、アイデアがこれからの会社の仕組みを変えるかも?! 困ってることやモヤモヤがあるなら気軽にリーダーへ相談してみましよう。

越智さん

制御盤システム事業リーダー

育休取得期間 … 2週間半 (2022年9月)

お子様情報 … 小6 小2 赤ちゃん





女性活躍推進プロジェクトとは

ジョカツについて 知っていますか？



女性活躍推進プロジェクトとは、
社員活躍プロジェクトの一環として女性社員をメインメンバーに進行中のプロジェクトです。
社内では「ジョカツ」というあだ名で呼ばれています。

何をする プロジェクト？

女性だけでなく社員全員が自分らしく力を発揮できるように必要な改善、しくみ、制度、ルールなどのアイデアを出し合い、働く環境の整備を実行します。

今は 何してるの？

改善に向けた2つのキーワード「社内の情報展開」「社内コミュニケーション」に対して具体的な企画を計画中です。
本質的な課題解決につながる提案のために、少人数のチームで意見交換を重ねています。
今は、企画書を作成しながら運用に向けた準備を着々と進めている最中です。

メンバー

社内の情報展開チーム

吉本さん 杉山さん 内田さん 恵美さん



社内コミュニケーションチーム

戸谷さん 太田さん 中村さん



こんにちはプロジェクトリーダーの平川です！メンバーと同じで、私も初めは戸惑いながらのスタートでした。「管理職ゼロ」「女性だけ」という特殊なプロジェクトですが、他のプロジェクトと比べて「共感」が多く、ならではの良さを感じています。少人数チーム内にもリーダーを立てていますが、初めてのリーダーに悩む社員もいます。どうすれば上手くチームが回るか一緒に悩んだり考えたりする瞬間は、メンバーも私自身も成長できるすごく大事なプロセスだと感じます。本プロジェクトの成功にはプロジェクトメンバー含め、社員の皆さまのご協力が不可欠です。これからご協力よろしくお願いたします！！



プロジェクトリーダー
平川さん



サポート
桑原(健)さん

メンバーの想い

多事業、多拠点の方と話すことがほとんどないので、コミュニケーションのきっかけになって良かった！

自分たちが考えた提案が社内文化やルールに育っていけばすごいと思う！

理想の働く環境を実現させるぞ！

会社をよくするための活動に参加できていることにワクワクしてる。

はじめてのプロジェクト参加。企画書作成とか誰かに提案する、という経験ができるのは良いと思う！

悩んだり時にはぶつかったりすることもあるのかな…。でも最後は何か成果を残したい！

いつもチームのみんなに助けられてる。これからもよろしくお願いたします。



からの DX

vol.12 最終回

IoTシステム開発事業
2022年入社
江田さん



太田先輩から引き継いであっという間に1年が経っていました。今月のコラムをもちまして江田が担当しておりました「ゼロからのDX」は最終回です。入社したときにはDXについてほとんど知らない状態だったのですが、このコラムを通して皆さんとたくさん勉強することができました。コラムは終わってしまいますがDXについての情報はどんどん世の中に発信されていくと思います。もし少しでもDXについて興味を持っていただけたら、たまにでいいので「DX 最新ニュース」や「DX トレンド」と調べてみてください！1年間ありがとうございました！！最終回コラムはDXとセキュリティリスクです。

◎ DX とセキュリティリスク

今まで、DXの成功事例、DXの技術など、DXに取り組んだら良いことばかりに見える方もいらっしゃるかもしれません。。そんなDXに取り組む中でも非常に気を付けないといけないことがあります。それは「セキュリティリスク」です。DXに取り組むうえでITの活用は欠かせませんが、ITを活用することで取り扱うデータ量が増えたり、オンライン環境での活動が拡大したりすることで、増えてしまうのがセキュリティリスクです。DXによってデジタル化された情報は、悪意のあるハッカーやサイバー犯罪者にとって魅力的なターゲットとなります。個人情報や機密データの漏洩、不正アクセス、マルウェア攻撃など、多岐にわたる攻撃手法が存在しています。

マルウェア	悪意のあるソフトウェアの総称
-------	----------------

▼以下代表的なマルウェアをあげておきます。

ウイルス	宿主が必要。プログラムに感染して他のプログラムに拡散する
ワーム	単独活動。ネットワークを介して自己複製して拡散する
トロイの木馬	偽装して活動。正規のプログラムを装い侵入して不正アクセスを可能にする

DXに取り組むにあたって、セキュリティはDXの一部として取り組むべき重要な要素です。企業は、セキュリティを妥協せずにデザインし、最新のセキュリティ技術の導入や従業員の教育と意識向上などDXとセキュリティリスクのバランスを保つことが大切です。

以下のサイトを参考にしました。

<https://usknet.com/dxgo/contents/dx-trend/increased-security-risks-with-dx/>

TDニュース

アストラムライン広告リニューアル

広島市内を走るアストラムラインの車内に新卒採用向けの広告を掲載しています。4月から新しいデザインになりました！広告の掲載があるのは新車両のみです。アストラムラインにお乗りの際はぜひチェックしてみてください。



▲広告デザイン



▲広告掲載位置

ひろしま Camps アクセラレーションプログラムで大賞を受賞

ひろしま Camps アクセラレーションプログラム第6期にて、ZIPCARE 事業推進室の坂本さんが『第6期 CAP大賞』を受賞しました。

ひろしま Camps アクセラレーションプログラム（以下、CAP：シーエーピー）は、広島県が主催するアクセラレーションプログラム（短期集中型の事業加速支援プログラム）です。第6期に当たる今回は、昨年の11月採択決定から本年3月19日のデモデイまでの5ヶ月のプログラム。事業成長に向けて現状整理や課題分析、さらに成長可能性の探索など、専門家のメンタリングを受けて事業成長を目指します。

ZIPCAREより参加した坂本さんは、見守り介護ロボット「まもる〜の」について、「製品の強み」や「需要のある市場」の整理をプログラム内で行ない、新たな商流を見出しました。デモデイでは、そのような点が評価され参加者の36者の中から『第6期 CAP大賞』をいただくことができました。



TD グループ公式 note を開設

TD グループの事業、メンバー、カルチャーを皆さんに知っていただくため、公式 note を開設しました。幅広く情報発信していきますので是非チェックしてください。

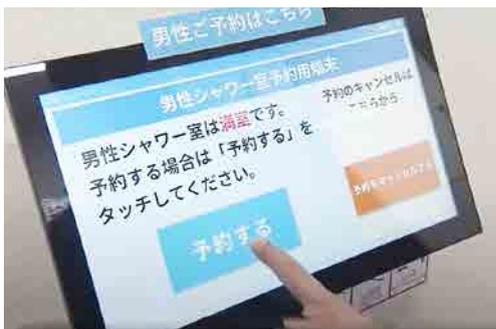
【TD グループ公式 note アカウント (td_group_pr)】

https://note.com/td_group_pr/



シャワーステーション新規オープン！テレビでの取材映像放送も

東洋電装が開発を行ったシャワーステーションが5月10日に安佐サービスエリア（上下線）に新規オープンしました。シャワーステーションは、高速道路を利用するお客さま向けのコインシャワー、コインランドリーを備えた施設です。山陽自動車道小谷サービスエリアに2021年9月に導入されており、中国自動車道では初の導入となります。



また、取材映像がテレビ番組「ライク！」（TSS テレビ新広島）で放送されました。YouTubeで放送されたニュースを見ることができます。シャワーステーションについて詳しく知りたい方は是非チェックしてください。



TDニュース

SDGs 私募債で大林学区地域運営委員会に寄付

東洋電装は中国銀行を引受先とするSDGs私募債「地域応援型」を発行しました。

この手数料の一部を「大林学区地域運営委員会」へ同行と連名にて寄付しました。

5月16日には大林集会所にて寄付贈呈式が行われ、安佐北区長や市地域活性化調整部長ら関係機関の方も出席されました。

桑原社長は、支援を決めたきっかけや安佐北・大林地区との縁、世界へ誇れる技術を持った地域のモノづくり企業への期待などを話し、参加された皆さまと意見交換を行いました。



Good & New 東洋電装社員の、GoodなことやNewなことをご紹介します。

東洋電装

田上さん

◇◇◇祝！ゴールド免許◇◇◇

免許更新で人生初めてのゴールドを頂きました。

前回の更新時は3か月足らずにブルーになってしまったこともあり、今回のゴールドは宝くじ当たったぐらい嬉しかったです。しかも裸眼でクリア(左・右・両目で合計3回

言い直ししましたが)したのでHappy×2!

これからも安全運転で楽しいドライブを心掛けたいです。



東洋電装

山縣さん

広島県へ引っ越してから集めたアメリカン雑貨・ポスターです。

(電話機が貯金箱で奥の置物？が時計です。)

写真に写っているのは本通りにある「雑貨株式会社」というお店で購入しました。

アメリカン雑貨を集めることが好きなので、どんどん仲間を増やしていきたいです!



こんにちは、衛生委員会です！GWも終わりそろそろ梅雨入りの時期となりましたね。雨の日は気温が低く、晴れると蒸し暑いといった気温差も大きく体調を崩しやすい時期です。しっかり睡眠時間をとって梅雨を乗り切りましょう。今月のテーマは「血圧」です。健康診断を受けて血圧が高めと指摘される方が増えています。高血圧はあまり大きな自覚症状が現れないため、つい放っておいてしまう方も多く、ある日突然、命に関わる疾病に襲われることもありますので再検査に引っかかった方は早めの受診をおすすめします。

血圧の正常値とは？

病院で測定の場合	最高血圧 120mmHg 未満かつ最低血圧 80mmHg 未満
家庭で測定の場合	最高血圧 115mmHg 未満かつ最低血圧 75mmHg 未満

病院では緊張で血圧が高くなる傾向があるのでそれぞれの正常値を定めています。

高血圧が続いて血管に強い圧力がかかり続けると動脈硬化が進行するリスクが高まってしまい、脳梗塞、心筋梗塞といった深刻な病気にかかる危険性があります。

低血圧になると全身に十分な血液を送り届けることができなくなり、立ちくらみ、めまいといった症状を引き起こします。生活に支障がある場合には低血圧症と診断され治療が必要となります。



高血圧の予防&改善策

以下3つを日々の生活に取り入れ、高血圧の予防・改善を目指しましょう！

食生活の改善

WHO（世界保健機構）は1日の食塩摂取量を5g未満としています。食事は減塩を心がけ、野菜や果物を積極的に食べましょう。野菜や果物には、血圧を下げる効果のあるカリウムが含まれています。手軽にカリウムを摂取するなら、ドライフルーツがオススメです。

適度な運動

ウォーキングやジョギング、サイクリング等、毎日30分以上の運動をしましょう。



小まめな血圧測定

病院でだけでなく自宅でも血圧を測って自己管理に努めましょう。



血圧とコーヒー

カフェインには血圧を上げる作用がありますが、コーヒーに含まれるカフェインでの血圧上昇はわずかであるという報告があります。アメリカで女性看護師に対し、飲料と血圧の関係を10年間調査する研究が行われました。その結果、1日にコーヒーを1〜3杯程度飲む人と飲まない人では、高血圧になるリスクに差は見られませんでした。それどころか、1日にコーヒーを4杯以上飲む人は、高血圧になるリスクが下がる傾向が見られました。

コーヒーが血圧を下げる要因

カフェインの利尿作用
(余分な塩分を排出)

クロロゲン酸の作用
(血管を拡張させる作用)

血圧を下げられるからと、たくさん飲んでも大丈夫というものでもありません。適度にコーヒータイムを楽しんでください。

今月のレシピ

豚肉となすのピリ辛中華風サラダ

材料2〜3人前

- ・なす 3本・豚バラ肉 200g・a. 砂糖 大さじ2
- ・a. 酢 大さじ2・a. 醤油 大さじ2・a. ラー油 小さじ1
- ・a. すりおろししょうが 小さじ1/2・白髪ねぎ (適量)

作り方

- ①なすはヘタとガクを取り、縦4等分に切り、長めの乱切りにする
- ②熱湯で、なすをさっと茹でて取り出す
- ③なすを茹でたお湯で豚肉を茹で、火が通ったら氷水に取り出して水気を拭き取る
- ④(a)の調味料を混ぜ合わせ、ピリ辛だれを作る
- ⑤器にお好みの葉野菜、なす、豚しゃぶをのせて④をかけ、トッピングに白髪ねぎをのせて完成

栄養Point

- ・豚肉のたんぱく質が血管を丈夫にします
- ・なすのカリウムが余分な塩分を体の外へ排出します