



株式会社菅原組

社内報

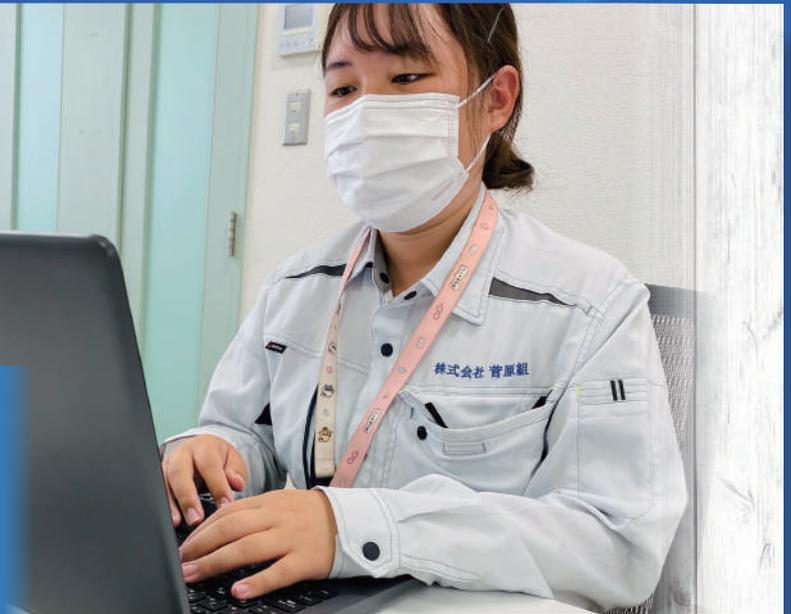
vol. 36

2022年9月号



工事本部 工事課

荒瀬 汐里



海の仕事に憧れて菅原組の門を叩いた荒瀬さん。3つの現場を経験し、大きなやりがいを感じているそうです！まだまだ少ない女性技術者の立場から描く未来とは？

入社の際

2020年4月に新卒で入社し、今年で3年目になります。大学では土木を専攻していましたが、橋や道路といった陸の仕事にはあまり興味が湧きませんでした。「やるなら海の仕事に携わりたい」と考えていたところ、大学の先生から紹介をいただき菅原組の存在を知りました。入社を決め手となったのは、先輩女性社員の方の「現在は女性社員が少ないが、これから活躍の場を作っていく」という言葉。これを聞いて、自分も菅原組で仕事をしたという思いが強くなり、入社に至りました。

業務内容

現在は北海道松前郡の江良漁港の工事を担当しています。私の

主な仕事は、所長からの指示を的確に作業員の皆さんに伝えること。2つの現場に分かれており、片方の現場のブロック打設が完了したので、このあとはもう一方の現場の安全管理や写真整理を行う予定です。

一人で担当する初めての現場だったこともあり、最初は右も左も分からない状態で不安と焦りが募りました。以前の現場の資料を見直したり、周りの方々に不明点を逐一確認したりすることで、少しずつではありますが成長できたように感じています。

思い出深い仕事

2021年に担当した北海道函館市の白尻漁港の工事です。多岐にわたる工法をひとつずつ覚えなくてはならず、作業が深夜まで及ぶ日もあったので、心身ともに非常に疲弊した現場でした……。しかし、先輩方の丁寧なご指導のおかげで、港湾工事の浚渫から完成までの流れを深く理解することができました。私にとって2つ目の現場でしたが、1つ目の現場と違って工事の頭か

ら携わることができたので、達成感もひとしおでした。



今後の目標

これまで担当した3つの現場で学んだことを、今後入社する後輩社員にしっかりと伝えていきたいと思っています。また、結婚や出産という人生の中で起るライフイベントが控えていますが、子どもができる現場の第一線で働くことは難しくなるかもしれませんが、今から知識と経験を積み重ねて、たとえ現場で仕事ができなくなっても異なる方向から会社の役に立つことができる存在になりたいと考えています。

CHECK! 現場レポート

静浦漁港機能保全工事(補正明許)外

若手の多い現場で雰囲気づくりに注力されて
いるという作業所長の竹内さん。今回は、そんな
竹内さんに現場レポートいただきました!



現場名 静浦漁港機能保全工事(補正明許)外

概要 静浦漁港西防波堤の古くなった部分について機能保全を行うべく、拡幅及び嵩上げを行う工事です。また現在使用されている消波ブロックが波の影響により崩れ、機能が低下しているためさらに大きな消波ブロックを松前港にて製作し、現在あるブロックを覆うように据付します。

工期 令和4年6月1日～令和5年3月10日

メンバー (株)菅原組3名、(株)田中組1名



工事本部 作業所長 竹内 優誠さん
たけうち ゆうせい

大変だったこと

新規製作工事ではなく機能保全工事のため、現在ある構造物に対しての計画を立てなければなりません。幾度の調査を重ね、先輩や上司と打ち合わせを行ってから発注者と協議を交わし施工を進めています。私を含め担当者が、機能保全工事の経験が少ないため、いろんな方から話を聞きながら、小さいながらも確実な一歩を進めております。



作業にあたり気を付けていること

安全管理を第一として考えております。作業前に打ち合わせは入念に行いますが、風や波など自然的要因により予想外の動きになってしまう場合も現場にはあります。そういうときに誰でも声を出してお互いに危険を予知できる環境づくりが、私の務めだとしています。若手が集まった現場でもありますので、みんなが働きやすいように、また動きやすいように休憩中は笑って過ごせる環境づくり、作業中は集中して行い声かけや打ち合わせを行える環境づくりをし、メリハリをつけながらも良い現場だったと思えるよう日々努力しております。



社員の皆様へのメッセージ

無事故無災害を前提とした工期内完了を目指します。

フィールドスタディ 職業体験レポート

★北海道七飯高等学校

日時 7月15日(金)13:00~15:30

参加学生 七飯高等学校の2年生、4名

当日は主に4つのお話をいたしました

1. 企業プロフィールの紹介
2. 取引先について
3. 企業が取り組む社会課題
4. 社会と学びとの繋がりについて



本社は1・2・3についてパワーポイントを使い説明をしました。

次にteamsで神威協作業所と繋ぎ、赤塚さんと堂高さんから工事の説明をしてもらい、4.社会と学びの繋がりについてのお話しをしていただきました。何点かお話ししていた中で赤塚さんが一番伝えたいことは、「学生のうちに多くコミュニケーションをとること。」堂高さんからはしっかりやっておけば良かったこととして「パソコン作業。特にエクセルの操作について使い慣れておけば良かった」と話していました。

フィールド
スタディを
終えて

赤塚さん

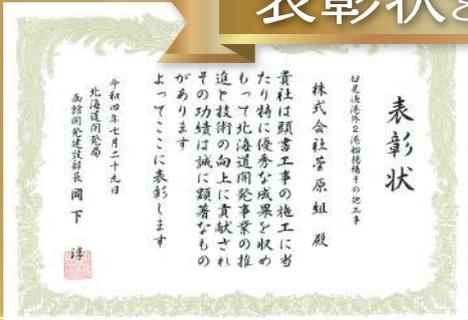
もう少し楽しく説明ができたら良かったかもしれませんが……、自分たちの現場説明を聞いて、土木の仕事が楽しそうと思ってくれたらうれしいです。

堂高さん

学生さんに伝わりやすく工事の内容を砕いて説明することで改めて自分の工事に対する理解をより深めることができました。今後もこのような機会があれば学生の頃の社会に対する新鮮な観点を忘れずに説明を行ってまいります。

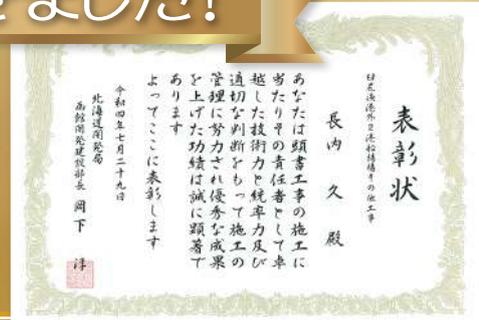
二人でよく考えて土木を勉強していない学生さんでも理解できるようわかりやすい説明をしてきていました。赤塚さん、堂高さん お疲れ様でした!

表彰状をいただきました!



菅原組

令和4年度北海道開発局函館開発建設部優良工事



白尻漁港外2港船揚場その他工事

7月29日に優良工事業者、技術者として監理技術者の長内久さんが函館開発建設部長様より表彰状をいただきました。



表彰_監理技術者 長内久

本当に
おめでとう
ございます!

お知らせ!!

はこだてマジックアワー商店街
in 菅原組

2022
10.4(火) 16:00~18:30

場所:菅原組本社駐車場(浅野町4-16)
※車でお越しのお客様は空いているスペースへお停めください。

参加店舗一覧(予定)

- げんきファーム(野菜中心のお惣菜)
- 函館ナントカ食堂(カレー)
- キッチンとりきち(焼き鳥)
- 函館 福田海産(地元海産物)
- Jimo豆腐Soia(豆腐、豆腐スイーツ)
- キューブシュー工房(キューブシュー、台湾カステラ)
- 社会福祉法人かいせい(各種パン)
- 就労継続支援B型 るみえる(納豆、味噌他)
- ぽこあぽこ(各種ピザ)

健康経営

健康経営は、従業員の健康管理も経営戦略に組み込み実践する試みです。皆さんが健康に働けるように様々な取り組みを進めていきます！

食生活の改善に向けた取り組み

従業員が健康な体で業務に取り組むためには、食生活の改善や管理が欠かせません。食生活が乱れてしまうと、体を持つ免疫機能が弱まることで風邪をひきやすく、生活習慣

お昼にご飯だけ持ってきてお惣菜を購入、帰りに買って帰り晩御飯で食べるなど、自分に合わせて便利に使ってください。

本社に専用の冷蔵庫を設置し健康的で安心・安全なお惣菜を1品100円で食べることができるオフィスおかんの「置くだけ社食」を9月から試験的に導入しました！

病を発症するリスクも高まってしまいます。

今回は「食生活の改善に向けた取り組み」をご紹介します。

※厚生労働省では9/1～9/30は「食生活改善普及運動」期間と定めています。



豚の角煮 (赤みそ)
miso-braised pork bally
味噌五花肉
Bung heq Miso
Miso ဝတ်သားဟက်

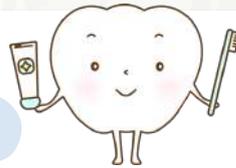


メアジの南蛮漬け
Marinated Deep-fried Horse Mackerel (Namban style)
醃製油炸竹荚魚 (南蛮風味)
Cá thu ngựa chiên tằm ướp (kiêu Namba)
ငါးထွေးသားသော (နမ်းသားစတိုင်)



ごろごろ ホクホク
かぼちゃオムレツ
Pumpkin omelette
南瓜煎蛋卷
Trúng trứng bí ngô
ငွေ့ပုသီး Omelet

歯科講座



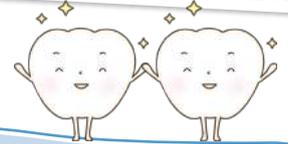
函館市のはこだて健幸アプリ～Hakobit～の「歯科医師による出前講座」に申込をし、8月26日（金）に開催しました。

「全身の健康はお口の健康から」

歯周病がさまざまな全身疾患のリスクになると説明がありました。特に糖尿病とは深く関係していて糖尿病の人は歯周病が重症化しやすくなるそうです。

正しいお口のケア

まずは歯磨き、食べたら磨くが基本。歯間ケアを日課にして歯垢をしっかりと取り除くため歯間ブラシやデンタルフロスも有効です。ぜひ使用してみましょう！
半年に1度は定期的な歯科健診とプロフェッショナルケアで安心を！



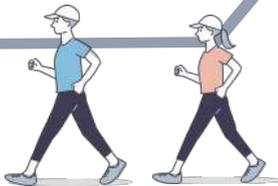
政府は、定期健診を通じて国民の歯の健康を守り、健康寿命を延ばすために、2025年度を目安に「国民皆歯科健診」制度の導入を検討しています。

「菅原組ウォーキングチャレンジ22,000,000」挑戦中

健康経営推進の一環として函館市のアプリ「Hakobit」を使用して、会社全体としてのイベントと位置付けし「菅原組ウォーキングチャレンジ220」（9/1～10/31）を開催中！

目的は...

健康経営推進のため、まずは「歩く」を習慣化することを進めます。



目標は...

「1人1日平均5,500歩以上」を目標とします。
1日平均5,500歩×60日×66名（従業員の90%）≒22,000,000歩
期間内に目標歩数を達成出来れば全従業員に健康ポイントを付与します。
今回の結果を踏まえて、次年度以降も会社独自のイベントとして取り組んでいきます。

現場にクローズアップ!!! NEWS

今月も紹介いたします現場の様子。モチベーションを高めていきましょう!今月も皆さんご安全に。

原口作業所



江良作業所



小島南部 作業所



森作業所



静浦作業所



釧路港(澤谷さん担当)*



SKCセンター長 写真コーナー





健康ワンポイント アドバイス



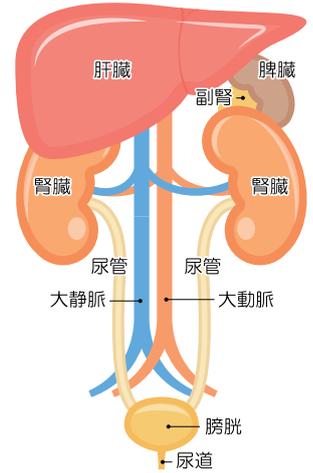
皆さんの健康に役立つ情報を発信！今月は肝機能障害についてのお話です。

肝機能障害

今回は、肝機能障害をテーマに「肝機能障害の恐ろしさと対策」についてお伝えします。
肝機能を低下させないために、普段から実践できる対策をまとめました！ぜひ参考にしてみてください！

進行すると重病に！肝機能障害の恐ろしさ

肝機能障害とは、肝臓の機能が低下し、さまざまな障害を引き起こす状態のことを言います。この段階では自覚症状はなく、健康診断などの肝臓検査で、数値の異常となって表れることがほとんど。しかし、この状態が進むと、慢性肝炎に発展することもあり、そこから肝硬変や肝臓がんなどの重い病気になる可能性があります。そのため、検査などで肝機能障害と診断された場合は、速やかに肝機能の改善を心がけるべきです。



肝機能を回復するために日常気を付けたいこと

肝炎や肝硬変などの病気になってしまった場合は病院での治療が必須ですが、肝機能が低下しているだけならば、日頃の生活を改善することで十分に回復が見込めます。その上で最も重要なのは、**食生活の見直し**です。食事の量や栄養バランスに関してもそうですが、なるべく肝臓にやさしい食品を摂るよう心がけることが大切。

肝臓にいいとされる成分には、以下のようなものがあります。

にんにく

ビタミンB群・アリン・メチオニンなど、肝臓の働きを直接サポートする成分が多く含まれている。



牡蠣（かき）

コレステロールを下げ、血圧を正常に保つ効果を持つタウリンが豊富に含まれている。



納豆

中性脂肪の排出を促す成分・レンチンが豊富に含まれている。また、ミネラルも豊富で、肝細胞の新陳代謝を助けてくれる。



しじみ

アミノ酸・ミネラルを豊富に含んでおり、バランスよく含まれた栄養素が肝機能をサポートする。



ごま

ごまに含まれるセサミンは、肝臓の脂肪酸を減らしたり、肝臓がんを予防したりすると言われてる。



こういった成分を積極的に摂るよう意識しながら生活の質を改善すれば、自然と肝機能障害も回復していくはず。ただ、こういった健康成分を毎日の食事で摂取していくとなると、飽きが来る上、メニューを考えるのもひと苦労。最近はサプリメントブームの影響もあって、肝機能を回復させる成分が配合されたサプリメントも豊富に販売されていますので、そういった健康食品から上手に取り入れることも手段の1つと言えるでしょう。

健診結果のGPTの値が36IU/l以上であった方は**肝炎ウイルス検査**を受けてみませんか？



HAPPY BIRTHDAY TO YOU!

10月生まれの皆さんをご紹介します。

10/9 工事本部
しんや ゆうじ
新谷 裕治さん

10/10 第十すがわら丸 船長
かわい ひろや
川合 裕也さん

10/10 しらゆり
くどう たかお
工藤 隆雄さん

10/19 コンブ事業
ささむら まさし
笹村 正志さん

10/20 工事本部
あかつか ふうが
赤塚 風雅さん

10/24 工事本部
さわや たかひろ
澤谷 高広さん

10/28 管理本部
はなだ きいち
花田 喜一さん