# OBMマンスリー

2017.10月号 Vol.210

2017年10月25日発行

#### 編集·発行

## 一般社団法人 大阪ビルメンテナンス協会

大阪市北区中津1-2-19 新清風ビル2F TEL 06-6372-9120 FAX 06-6372-9145 Eメール info@obm.or.jp ホームページ www.obm.or.jp



# わが社の イチオシ!

# 朝日建物管理株式会社

# 「感謝!」の気持ちを込めて創業60周年をお祝い

当社は1957年10月3日、大阪・中之島に誕生し、今年、創業60周年を迎えました。様々な記念事業に取り組みましたが、その基本コンセプトは「感謝!」です。お客さま、会社の基礎をつくった先輩方、協力会社の皆さまへの感謝はもちろんです。そして、何より従業員の皆さんへの「感謝!」を記念事業の中心に据えました。

その一つが、従業員全員に配布した「創業60周年記念マガジン」の制作です。当社は九州、大阪、名古屋、東京の4拠点にまたがり、職種もばらばらなため、営業所・事業所の間での交流はほとんどありません。「何とか一体感が持てないか」と考えた末、全従業員の顔が分かる写真集をつくることにしました。どんな仕事があって、どんな仲間たちが働いているのかを知っていただき、末永く一緒に頑張って欲しいという願いを込めて、作りました。

企画・原案から手作りで、最 後の校正と印刷以外は自社編集 です。全営業所・事業所協力の もと、何度も写真を取り直した り、文章を差し替えたりと手間 はかかりましたが、その分温かい記念マガジンになったのでは ないかと思っています。マガジンで収容仕切れなかった写真 は、スライド動画に編集しな おして、10月3日に開いた記念 パーティーで披露しました。



創業60周年記念パーティーや地域貢献記

創業60周年記念パーティーや地域貢献活動を 伝える社内報「建管かわら版」

全員の顔が分かるようにと制作した「創業60周年記念マガジン」

パーティーでは優良社員・スタッフ表彰も行いました。パーティーに皆さんを招待し、表彰させていただき、記念マガジンにも表彰者の横顔を掲載しました。

従業員全員には手作りデザインのQUOカードを作成して、プレゼントしました。当社のロゴを若い女性社員が工夫して「60th anniversary」の「60」としてあしらったタイトルと、管理物件のシルエットを配したカード。明るい色使いに会社発展への願いを込め、「感謝!」の気持ちをストレートに表したデザインです。お客さま向けのプレゼントとしては、60周年の記念ロゴ入り各種グッズを作成しました。

営業の拠点ごとに、地域貢献活動にも取り組みました。本社のある大阪では、天満署の「防犯啓発活動」に協力し、大阪市役所に近い大江橋周辺で営業マン、管理職らが、ひっ



従業員全員にプレゼントした QUOカードのデザイン

たくり防止デーや特殊詐欺防止のチラシを配布しました。自社で建設中の賃貸マンションに近い難波橋の「橋清掃」 も、休日を利用して行いました。

東京では銀座で歩行者誘導ボランティア、名古屋は特別支援学校での清掃コーチング、九州では豪雨被害地でのボランティアなどに汗を流しました。

いろいろと苦労もありましたが、記念事業を終えてほっとすると同時に、「やってよかった。協力いただいた皆 さんに感謝!」と心底思いました。

朝日建物管理企画室 西 井 弘 三

# ズームアップ



#### 『経営委員会の活動』

経営委員会では会員企業の「企業力の 向上」に寄与すべく、「BCP(事業継 続計画)講座の開催」と「マナー教育の 推進」の二つを大きなテーマとして取り 組んでいます。

一つめのテーマである「BCP講座の 開催」については平成29年4月に刊行し た冊子を基に、会員企業各社のBCPを 策定するために、参加企業を募集し、9 社17名のご参加を頂き7月度より講座を 二班に分けて開催しております。

講師は以前からお願いしているリスクマネジメントオフィス梅田の梅田浩史代表に引き続き務めて頂き、講座実施回数は全6回で12月に完成させる予定です。

もう一つのテーマである「マナー教育 の推進」については前年度に実施したマナー教育を前年度に引き続きオフィスリ バーの川崎美紀先生にお願いし、講座の 実施回数を4回から3回の講座に変更し、9月より実施しております。こちらは15社16名のご参加を頂いております。

どちらのテーマも昨年度に引き続き取り組んでいるものですが、どちらも継続する事が重要な事なので、来年度以降もこれらの取り組みを続けていきたいと考えております。

(経営委員会委員長 脇阪康弘)

# 29年度 第4回 理事会

10月5日(木) 協会会議室

- 1. 審議事項
- ①退会について/承認
  - ・株式会社リクラッソ
- 2. 報告事項
- ①加藤副会長知事表彰決定について
- ②全協報告
- ③委員会·部会報告

#### ④事務局

- 第9回ビルメン社会貢献セミナー (10月27日)
  - 講演依頼:大阪府、大阪市、堺市、全協(9月29日提出)
- ・全協 災害協定策定ワーキンググループ委員派遣について 三橋源一様(株式会社三橋商会)

## 委員会・部会

#### 経営委員会

#### 9月19日(火)出席者10名 協会会議室

- 1. 理事会報告(山西理事)
  - ·入会企業2社、退会企業1社
  - ・経営委員会活動報告としてBCP策定講 座、マナー研修の現況報告
- 2. BCP策定講座開催について
  - ・7月、8月、9月と計画通り実施。12月 で終了する。10月に各社社長に進捗報告 予定。
  - ・「設備と管理」11月号にBCPの記事を 掲載。
- 3. マナー研修開催について
  - ・第1回目が本日9月19日から開催。
  - ・9月、10月、11月の3回で終了する。
- 4. その他
  - ▼研修旅行(申込締切:10月2日)
    - ・11月15日~16日 主催:ビルクリーニン グ部会 開催地:東京
  - ▼経営セミナー(申込締切:10月10日)
    - •10月27日
  - ▼OBMこみゅにけ~しょんず
    - ・各理事挨拶、西日本サミット、アビリン ピック、優良社員表彰等の記事あり
- ▼総務友好委員会からの案内
  - ・11月7日 日帰りバスツアー;滋賀県(定 員40名)
- ▼智詞交歓会
  - ・1月11日 (木)

#### 広報委員会

9月20日(水)出席者7名 協会展示室

- 1. 「OBMマンスリー平成29年9月号」の編 集作業を行った。
- 2.「OBMこみゅにけ~しょんずVOL.91(新

春号)」の内容確認を行った。

- 3. OBMホームページについて以下の掲載事項の確認を行った。
  - ・ビルメンテナンス業務内容文
  - ・ホームページの改善事項(案)
- 4. OBMマンスリーについて以下の事項の確認を行った。
  - ・掲載記事の新規企画案(事務局より提言)
  - ・マンスリーへの要望事項や閲覧状況に関 するアンケートの実施

#### 総務友好委員会

#### 9月28日(木)出席者15名 協会会議室

- 1. ソフトボール大会について
  - ・今後の課題を確認した。
- 2. 平成29年10月26日 (木) 会長杯ゴルフコン ペについて
  - ・内容を確認した。
- 3. 平成29年11月7日 (火) 日帰り懇親旅行について
  - スケジュールを確認した。
- 4. 平成30年1月11日 (木) OBM新年会について
  - スケジュールを確認した。

#### 賛助会世話人会

#### 9月28日(木)出席者12名 協会会議室

- 1. 11. 27ミニ展示会・講習会・アンケートについて
  - ・資料配布し、確認した。
- 2. 今後の活動 (2月のミニ展示会・講習会) について
  - ・資料配布・確認だけで終了
- その他について
   9/28ミニ展示会が開催された。
   参加会社 23社56名。

#### 労務委員会

#### 9月14日(木)出席者12名 ドーンセンター

- 1. H29. 9. 27 兵庫協会労働安全衛生大会 参加者について
- 2. H29. 10. 11 京都協会 安全衛生大会参 加者について
- 3. H29. 10. 19 関西ガラス外装クリーニング協会 安全衛生大会参加者について
- 4. 次年度労働衛生大会日程について
  - ・H30. 9.14(金)を案として事務局で の調整を依頼する。
- 5. 7月度災害発生報告
  - 7月の災害発生件数 11件 (業務災害:9件、通勤災害:2件)
- 6. 8月度災害発生報告
  - ・8月の災害発生件数 6件 (業務災害:5件、通勤災害:1件)

#### その他事項について

・関西ガラス外装クリーニング協会がH 29.6.6に実施した安全パトロール報 告書を配布しているので、各委員確認し ておくこと。

#### 環境衛生委員会

#### 9月4日(月)出席者6名 協会会議室 第三回環境衛生委員会

○環境衛生委員会 第三回委員会

- 1. 議事録確認
- ○第2回議事録の確認。
- 2. 理事会報告(全協報告)
- ○9月1日開催の第3回理事会について、京 藤副委員長より報告。
  - 入退会について。
  - 全協報告。
  - ・11月15・16日、東京でビルメンヒューマンフェア開催。
- 3.10月技術研究会開催案内の件
- ○「IPMによる大型建物の害虫防除」セミナーの内容と当日のプログラム確認。

#### 公益·契約委員会

#### 9月21日(木)出席者14名 協会会議室

○前回委員会 議事録振り返り

- 1. ビルメン社会貢献セミナーについて・チラシ作成、分掌表を確認した。
- 2. スタッフ養成講座について
- 3. その他

○アビリンピック全国大会(栃木県)につい て

・準備内容を確認した。

#### 青年委員会

#### 9月4日(月)出席者7名 協会会議室

- 1. H29天神祭 清掃ボランティアについて ・参加報告を行った。
- 2. 第22回ビルメンテナンス青年部全国大会 IN高知について
  - ・参加者について検討した。

#### ビルクリーニング部会

#### 9月15日(金)出席者25名 協会会議室

- 1. 部会研修旅行について
  - ・研修旅行案内文を確認した。
  - ・旅行日程―「ビルメンヒューマンフェア &クリーンEXPO2017」見学・懇親パー ティ参加、「全国ビルクリーニング技能 競技会」見学・近畿地区代表者(2名) の応援の再説明を行った。
- 2. 部会事業活動計画(ビルクリーニング現場 責任者のための教育研修用DVD作成)構 成案について
  - ・具体的な検討を行った。
- 3. その他について
  - ・9/28 開催のミニ展示会・講習会の説明 を行った。

#### 警備防災部会

#### 9月22日(金)出席者14名 協会会議室

- 1. 理事会報告
- 2. 警備防災部会全体集会について
  - ·現在37名出席予定。
- 3. 消防体験教室について
  - ・13社20名出席。
- 4. 建築物防災講演会について
  - ・テーマ:内陸地震は何故起こるか
- 5. 講演会について
  - ・今後の講演について検討した。
- 6. 見学会について
- ・淡路島見学で検討予定。

#### 設備保全部会

#### 9月11日(月)出席者16名 協会会議室 第3回設備保全部会

- 1. 各小委員会活動報告 (管理技術調査研究)
  - ・「建築基準法に関するシャッター等、構 告の調査研究」

アンケート調査を実施し、内容を精査し 技術レポートにまとめる。

(設備保全業務研究)

# ・「設備保全リスク低減に関する調査研究」

- 設備部会の会員会社に「防火対象物の事 故事例集」作成のためのアンケートを実 施する。
- ・外部組織との共同研究・勉強会などのテー マについて
- ①「FM」の考え方の情報取得
- ②勉強会の実施「近鉄ビルサービス高崎 壽氏の講義」
- ③勉強会の実施「電気事故技術者の為の 事故事例の講義」
- ・研修見学会実施に向けた案 国内研修で計画を行う。
- ・電気事故と安全対策講習会について 7月28日(金)開催 議事録発表
- 2. 東西交流会について
  - ・日程:11月21日(火)~11月22日(水) にて実施決定
  - ・分科会の討議テーマについて
  - 1)担当:管理技術調査研究→「設備保 全リスク低減に関する調査研究」
  - 2) 担当:東京協会→「設備管理業務に おける機器について」
  - 3)担当:設備保全業務研究→「設備保 全リスク低減に関する調査研究」 見学会の場所について→ダイキン工業 用淀川製作所内TIC
  - ·懇親会会場→本格四川中華料理 御馥 【イーフー】(大阪マルビル8階)
- 3. その他
  - 分掌表について

## 会員だより

#### ●代表者変更 「替助会員)

- ・スイショウ油化工業株式会社
- (新) 代表取締役 奥山吉昭様
- (旧) 代表取締役 水沼紳二様 (水沼紳二様は会長に就任)

(平成29年8月より)

#### ●住所・電話番号・FAX番号変更 〔正会員〕

・株式会社ダイケンビルサービス ₹530-0003 大阪市北区堂島1丁目5番17号 堂島グランドビル3階 TEL 06-6344-7500(代) FAX 06-6344-7501

(平成29年11月6日より)

·株式会社FUDO corporation ₹564-0053 吹田市江の木町17番1号 コンバーノビル6階3-B号室 (TEL・FAX番号の変更はありません。) (平成29年11月6日より)

### ●退会

### 〔正会員〕

・株式会社リクラッソ 代表取締役 西村由美様 (平成29年9月30日付)

平成29年度 環境衛生功労者に対する知事表彰受賞 おめでとうございます!!

当協会副会長、株式会社加藤均事務所 代表取締 役社長 加藤浩輔 様が、長年にわたる環境衛生分 野においての貢献が認められ、知事表彰を受賞され ました。おめでとうございます。

The work of the state of the st

# 

#### 教育センターだより

#### (公財) 日本建築衛生管理教育センター講 習会予定

- ●清掃作業監督者(新規)
- 実施期間 平成30年1月9日(火)~10日(水)
- ●清掃作業監督者(再)
- ・受付期間 平成29年11月16日(木)~22日(水)
- · 実 施 日 平成30年1月12日(金)
- · 実 施 日 平成30年1月16日(火)

#### ●空気環境測定実施者(新規)

- 受付期間 平成29年11月28日(火)~12月4日(月)
- 実施期間 平成30年1月22日(月)~26日(金)
- ●防除作業監督者(再)
- 受付期間 平成29年12月5日(火)~11日(月)
- ・受付期間 平成29年11月14日(火)~20日(月) ・実施期間 平成30年1月30日(火)~31日(水)
  - ●空調給排水管理監督者(新規)
  - ·受付期間 平成29年12月7日(木)~13日(水)
  - ・実施期間 平成30年2月1日(木)~2日(金) ☆いずれも阪急千里中央ビルにて
- ※申込期間中、早めにお申し込み下さい。 用紙のダウンロード・お申し込みは公益財 団法人日本建築衛生管理教育センターへ。 (ホームページ http://www.jahmec.or.jp/、 TEL 06-6836-6605)

#### 「運動会」

理事 長井享樹

朝夕と涼しく過ごしやすくなってきました。衣替えや運動会の時期を迎え季節が進んだことを実感します。

先日は子どもたちの運動会に参加してきました。全国的には、運動会が春に行われるなど私が小学生の頃とはかなり変化したように思います。私の子どもたちが通う小学校でも、教室でお弁当をたべたり、競技中に有名な歌謡曲が流れたりとかなり様変わりしたように感じます。

運動会の花形である組体操も事故が多発したために、一部の自治体では大技の廃止や高さ制限などに踏み切ったニュースも流れています。安全のためにはやむを得ないという声がある一方で、みんなで取り組むことでやり遂げる達成感などの効果に着目している学校もあります。

子どもたちの小学校では、全校生徒で行う大玉転がし競技がありました。全学年が協力しあい赤組と白組に分かれ、

はしゃぎながら夢中になっていました。

駆けっこを頑張ると言っていた1年生の長男は、8人での駆けっこで2番になったと喜んでいました。

また、5年生になる長女は、6年生に混じりソーラン節に乗せて組体操をおこなっていました。身体の小さい長女は、上に乗る役割が多かったのですが、大丈夫だろうかという心配をよそに堂々と腕を伸ばし演じていました。

はじめての組体操に彼女は、みんなと一緒になりやり遂 げた達成感でとても楽しかったと家に帰ってきて話してく れました。

運動会に向けて1カ月間、6年生と5年生が協力して一生懸命練習してきたのだろうな。いつの間にこんなに成長していたのだろう。そんなことを感じる運動会でした。

めまぐるしく過ぎ行く日常の中で、子どもたちの成長を 支えてくれている妻に感謝する一日でもありました。

# **BCP**のすすめ

# ⑤―「風が吹けば桶屋が儲かる」ではないけれど―

BCPをやっていると必ず目にかかるのが、「危機的事象の発生から復旧までの流れ」の図です。製造業など、危機発生時から操業度は大きく減少します。時間の経過に従って復旧が進み、操業度が平常時に近づく、という流れが一般的です。サプライチェーンの関係で関連企業も同様の症状を示します。しかし逆に、危機発生時に操業度を100%以上フル回転させなければならない業種もあります。そう、我々ビルメン業界です。危機発生時にも常に業務を遂行せねばならない、市庁舎・災害拠点病院などは通常以

上にフル稼働で業務に勤しみます。水不足等による執務上の衛生環境維持の困難、不特定多数の人が持ち込む雑菌、排泄物の発生等により、逆に病気の発生源となり得ます。そうならない為に市庁舎職員等がBCP訓練をし、簡易トイレなど用意はするものの、想定外の事象が次々と起こり、その度毎に判断・指示・行動しなければならない状況において、だれもトイレや掃除の事まで手はまわりません。それでもどうしても、いつも以上に大事なのが「清掃」です。タイトルとBCPを関連づけるのはあまりに不遜ではありますが、「災害起きればビルメンの出番」と心得えておくことは今後ますます重要となってくることでしょう。

**-** 経営委員会BCP担当講師 **三 橋 源 -**

#### KKCお薦め講習会(11・12月)

11・12月実施予定のKKC主催の講習会は次のとおりです。 受講希望の方は、申込書をKKCホームページ(http://www. bmkkc.or.jp/)よりダウンロードし、必要事項をご記入の上、FAXにてお申込みください。定員になり次第締め切らせていただきますので、お早めにお申込みくださいますようお願い申し上げます。

#### ●ビルクリーニング技能検定1級実技試験対策講座

1級の実技3課題(「弾性床表面洗浄作業」「繊維系床部分洗 浄作業(バフィングパッド方式)」「壁面洗浄作業」)の最終仕 上げを目的としたもので、試験時と同じ会場設定・資機材で反 復訓練を行い、制限時間内に作業を終えるための効率のよい標 準的な手順と、作業のポイントを身につけていただきます。

**<日 時>**課題 2⋅3 11月30日 (木)/課題 1 12月5日 (火) 各回 9 時~17時

※1日ずつの参加も可能です。

- <会場>新清風ビル(中津)講習会場
- **<対 象>**平成29年度ビルクリーニング技能検定(1級) 受検 予定者

#### ●派遣元責任者講習

修了者には一般労働者派遣事業の許可・更新手続きに必要な

「受講証明書」を即日交付します。

- **<日 時>**11月13日(月)/12月25日(月) 各回 9 時30分~16時30分
- **<会場>**エル・おおさか(大阪府立労働センター)
- <対 **象>**企業内派遣元責任者

#### ●防除作業従事者研修

修了者には事業登録申請の際に使用できる「修了証書」を交付します。

- **<日 時>**12月6日(水)9時20分~17時
- <会場>新清風ビル(中津)講習会場
- <対 象>「建築物における衛生的環境の確保に関する法律(建築物衛生法)」第12条の2第1項第7号の登録を受けている事業所及び受けようとする事業所の従事者

申込・問合先: 一般社団法人関西環境開発センター (KKC) 教育訓練部

> 電 話: 06-6372-9123 FAX: 06-6450-8038

E-MAIL: bmkkc@swan.ocn.ne.jp URL: http://www.bmkkc.or.jp/

#### OBM行事予定

10月	25	水	警備防災部会全体集会 KKCポリッシャー基本実技講座
	26	木	OBM会長杯親睦ゴルフコンペ(万壽ゴルフクラブ) KKCトイレ基礎講座
	27	金	中間監査 ビルクリーニング部会
			ビルメン社会貢献セミナー(大阪科学技術センター)
	28	<u>±</u>	
11月	29	日	1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1
	30	月	ビルクリーニング技能検定受検準備講習水準調整会議 KKC理事会
	31	火	
	1		ビルクリーニング技能検定受検準備講習(1級実技)
	2	木	"
	3		文化の日
	4	土	
	5	日	
	6	月	
	7	火	OBM日帰り懇親旅行
	0	٦L	青年委員会 BCP(事業継続計画)作成講座②班 全国産業安全衛生大会2017 in 神戸(~10日)
	8	小	<u> </u>
	9	木	ビルクリーニング技能検定水準調会議
	10		理事会 ビル設備管理科訓練水準調整会議 ビルクリーニング技能競技会特別訓練
	11	土	
	12	日	
	13	月	<b>労務委員会</b>
	14		環境衛生委員会
	15	ж	公益·契約委員会 BCP(事業継続計画)作成講座①班
	10	.,.	ビルメンヒューマンフェア2017&クリーンEXPO(~17日、東京ビッグサイト)
	16	木	//
	17	金	//
	18	土	
	19	日	
	20		広報委員会 ビルクリーニング技能検定受検準備講習1,3級学科(1級~21日)
	21		設備保全部会東西交流会(見学会、~22日)
	22		障害者雇用支援スタッフ養成講座①
	23		勤労感謝の日
	24	金	ビルクリーニング技能検定基礎2級

#### 労務委員会 労働災害事故事例 (H29年9月度発生分より)

- 1. 業務災害及び通勤災害数
- ①報告企業数 54社
- ②業務災害数 6件

 [内 訳] 1ヶ月以上休業見込み 2件

 15日以上休業見込み 0件

14日未満休業見込み 4件

③通勤災害 0件

#### 2. 事故事例

①発 生 日 時 H29年9月1日 (金曜日) 午前6時30分ごろ

②発 生 場 所 大阪府守口市

③発生状況 施設巡回を終え、室内に戻ろうとしたとき、 地面上のガス管に足を引っかけて体勢を崩 し、右足をぐねった状態になった。足のハ レが酷かったので、救急車で病院に搬送さ

れた。

④怪我の状況 右足関節三果骨折、休業31日以上

⑤原因及び対策 午後6時30分頃というとかなり暗

午後6時30分頃というとかなり暗い状態であり、足元への注意喚起が疎かになり、足元のガス管に躓く原因となったと思われる。

対策としては暗い時間帯の施設巡回の場合 の明るさの確保及び足元への注意喚起の徹 底が望まれる。

建築・設備の

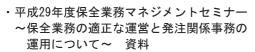
事例大全集

# ビルメン情報プラザ Obit (オービット) 通信

# 新刊のご案内

・新試験制度対応 ビルクリーニング技能検定 模擬問題集【平成29年度版】

クリーンシステム科学研究所 定価 3,240円 (税込み) 03-5811-5945 http://www.cleansys.co.jp 平成29年9月15日発行



(公社) 全国ビルメンテナンス協会 03-3805-7560

http://www.j-bma.or.jp 平成29年10月





・建築・設備のあってはならない不完全性事例大全集

日本環境管理学会/建築と設備の不完全性事 例研究小委員会

定価2,400円(税別) 03-3233-0641

http://www.ohmsha.co.jp 平成26年5月10日発行

・2017年度版 なにわの経済データ 統計でみる 大阪経済の現状

大阪産業経済リサーチセンター 06-6210-9937・9938

http://www.pref.osaka.lg.jp/aid/sangyou/index.html/

平成29年9月15日発行

※ビルメン情報プラザ Obit (オービット) では、閲覧のみになります。

購入ご希望の方は、発行元にお問合せ下さい。 開館時間  $10:00\sim16:00$  (土・日・祝休) 会議等でご利用になれない時もありますので、ご利用の際 は事前にお問合せ下さい。

# 編集雑感

## 昌さんの教え

今年のプロ野球、セ・リーグは広島東 洋カープが2位以下に圧倒的な差をつけ 昨年に続き優勝した。特に趣味を持たな い私は、熱狂するチームがあるわけでは ないがテレビ中継に夢中になってしま う。

解説者に中日ドラゴンズの元投手だった「山本昌」さんがいる。彼はプロ在籍

32年間、50歳まで現役としてマウンドに立ち続けた。彼から学んだ事の一つが「決めた事をこつこつと継続する」ことである。高校生の時から今日まで毎日2キロのダンベルで手首を鍛えていたそうだ。人は同じ事を3週間やり続けると脳が習慣としてそのプログラムを日々実行してくれるという。持続できる習慣を自ら設定し、日々淡々とやりとげ、継続することの大切さを教わった。ちなみに、好ましい習慣だけでなく、悪しき習慣も3週間止めれば葬り去ることができるように

なるそうだ。

昌さんの教えのもう一つは、投球スピード等、実現したい具体的な数字目標を宣言し、行動したことである。数値化は、高いレベルのモチベーションを与えてくれる。

日々持続できる作業を日課に組み入れ、数字目標を入れた仕事上のこだわり を持って全力投球できる自分を作ってい きたい。

(M. Y)

