

# OBM VOL. 256 8 MONTHLY

大阪ビルメンテナンス協会マンスリー

大阪市西区江戸堀2丁目6番33号 江戸堀フコク生命ビル10F TEL. 06-4256-5371 FAX. 06-4256-5375 E-mail : osakabma@obm.or.jp

[www.obm.or.jp](http://www.obm.or.jp)



今回は我が社のイチオシ製品についてご紹介いたします。バッテリーユニバース製品です。それはなんぞや? と思われたかと思いますが、簡単に言うと同じバッテリーで複数の製品を動かすことができる製品群を弊社がバッテリーユニバースと名付けて皆様へ販売させていただいております。

昨今コードレス製品についてはごく当たり前のものになりつつありますが、改めてメリットをまとめると、コンセントの有無に左右されない機動性と利便性、コードによる転倒事故やブレーカー落し等の事故の防止、それらが相まっての生産性が向上するというところですね。

しかし従来の製品ではデメリットもありました。主に二つです。

まずは稼働時間です。一つのバッテリーで動く時間が決まっているので使用できる時間が限られます。しかしこれは予備のバッテリーを用意することで解決されます。

もうひとつの問題はパワーが弱いということです。掃除機であれば吸引力が、高圧洗浄機であれば吐出圧力が弱いという問題です。これはマシンの性能ですから、あとからどうこうできる問題ではありません。

厳密にいうと、使い勝手が良くても性能が落ちれば本当の生産性の向上には繋がりません。ですからケルヒャーはこの点も妥協せず本当の生産性の向上のため製品開発を行い、リリースに至りました。



そのためケルヒャーバッテリーユニバース製品は唯一その問題を解決した製品になっています。現在既に販売している乾式掃除機、乾湿両用掃除機、高圧洗浄機、小型床洗浄機においてもコード式以上のパワーがあります。

今後も製品のラインナップは増えていく見込みです。カーペットリンスクリーナーやスライパー等が予定として準備に入っております。

昨今の厳しい状況下において、本当の生産性の向上、利益体質への転換をお手伝いさせていただきたいと考えておりますので、是非とも一度体感いただきたく存じます。

ケルヒャーはデモンストレーションをさせていただく準備があります。

少しでも気になったという方はお気軽にお問合せいただき、実際のマシンを見て触って体感いただき、納得してご購入いただければと存じます。

大阪支店 梁田 祐輝

## ケルヒャージャパン株式会社



## 「ビルメンの進化を模索して」

世界中で昨年から続くこのコロナ禍の中、全てのイベントが思うように開催することが出来ませんでした。オリンピックも無観客ながら開催され、そして、夏の高校野球も甲子園にて開催されています。このように一つ一つこの困難な状況を工夫しながら乗り越えて、新しいフェーズの社会生活が構築されてきています。

ビルメンテナンス協会に於いても、多くの人数が参加する殆どの大会やイベントがキャンセルとなつてしまい、心に残る今年の思い出が少なくなりました。我々青年委員会も毎年開く大きなイベントは、今年もほとんどが再度キャンセルとなりました。

OBMにとって大きなイベントである、天神祭の花火の打ち上げが今年も中止で、その中のビルメン神輿もなくなつてしまいました。この原稿の発行される八月も未だ、「緊急事態宣言下」の移動もままならない、不完全燃焼の夏になりました。

全国からビルメン業界の青年部のメンバーが多く集う「ビルメンテナンス青年部全国大会」そして、主に関西以西の府

県から集まる「西日本サミット」、中部以東の都道府県から集う、「東日本サミット」は、このコロナ禍のなか、形をかえて開催されるようになってきました。

これまでの通常生活がこの一年の間で大きく様変わりしたことは事実です。で、しかたなくではなく、この機会にこれまでを見直して、自らが変化していくことを積極的に行うことこそがこれから、私たちの充実した生活につながるであり、戻ることを考えていてはまえに進めないのではないのでしょうか？

我々青年委員会これまでの活動だけでなく、新しい日常、仕事や生活において、ビルメンテナンス業が何を求められているか、その中で、我々が新しい役割、例えば、企業の中における間接業務の専門業者へのアウトソーシングや、デジタルトランスフォーメーション等による省人化や簡素化など新しい方法でビルメンの進化を模索していこうと考えています。

(青年委員会 梶山 孝清)

## 委員会・部会

- 広報委員会 8月5日(木) 出席者7名 Zoom会議  
議案① こみゆにけしよんず盛夏号の編集・校正について  
8月19日(木) 出席者7名 Zoom会議
- 議案① 「OBMマンスリー2021年8月号」の編集について
- 議案② こみゆにけしよんず盛夏号の編集について
- 警備防災部会 7月26日(月) 出席者13名 協会8階 研修室  
議案① 今年度事業計画案・予算案について
- 議案② 全体スケジュール(年間行事)について
- 議案③ 全体集会について
- 議案④ 消防体験教室について
- 議案⑤ 見学会について
- 議案⑥ 講演会について
- 設備保全部会 7月26日(月) 出席者21名 協会8階 会議室  
議案① 各小委員会活動報告について
- 議案② 東西交流会について

## 近畿地区本部だより

### ● 2021年度 ビルクリーニング技能検定受験のご案内(1級・2級・3級)

- ・ 受付期間: 8月4日(水)～9月3日(金) (消印有効)
- ・ 実技試験: 2021年12月～2022年2月予定
- ※ 指定された受験日は変更できません。
- ・ 実技: ヘーパーテスト・学科試験: 2021年11月28日(日)
- ・ 合格発表: 2022年3月31日(木)
- ※ 受験案内・申請書ご希望の方は(公社) 全国ビルメンテナンス協会ホームページ「資格/講習/検定」「ビルクリーニング技能検定」よりダウンロードをお願いします。  
(<https://www.j-bna.or.jp/examination/35852>) 本年度はネット申請もできます。
- 送付先は(公社) 全国ビルメンテナンス協会の本部です。お間違えの無いようお願いいたします。

## 労務委員会より

## お知らせ

### 【お詫びと訂正】

本誌、2021年7月25日発行VOL.255号に掲載しております「2021年度安全衛生標語・川柳表彰作品」につきまして、受賞者氏名(漢字)に誤りがございましたので、お詫びして訂正いたします。

第2部門 優秀  
テルウェル西日本株式会社  
「濱田 幸美」様は、正しくは「濱田 幸実」様です。

事務局からのお知らせ

「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

●排水管清掃作業監督者 (新規)

11月15日(木)～11月18日(日)  
於 阪急千里中央ビル  
受付 9月28日(木)～10月4日(日)

●防除作業監督者 (再)

12月7日(木)～12月8日(金)  
於 阪急千里中央ビル  
受付 10月14日(木)～10月20日(日)

●排水管清掃作業監督者 (再)

12月9日(木)～12月10日(金)  
於 阪急千里中央ビル  
受付 10月19日(木)～10月25日(日)

●貯水槽清掃作業監督者 (再)

12月13日(木)～12月14日(金)  
12月15日(木)～12月16日(金)  
於 阪急千里中央ビル  
受付 10月21日(木)～10月27日(日)

●清掃作業監督者 (再)

12月17日(金)  
於 阪急千里中央ビル  
受付 10月27日(木)～11月2日(日)

●防除作業監督者 (新規)

12月20日(木)～12月24日(日)  
於 阪急千里中央ビル  
受付 10月28日(木)～11月4日(日)

※ 申込期間中、早めにお申し込み下さい。  
詳細・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

「健康のために今している事」

理事 岡田 寿代

子育て中には危ない!! と追いかけてり、お迎えの時間ギリギリで駅から自転車でダッシュしたりと毎日自転車で行き回っていました。最近では全力でダッシュする事も無くなり、野球部での練習も少なくなり、久しぶりにバッテリーセンターで百本打っただけで三日間腕が上がらなくなる始末。最近自転車でも後ろから来た人に抜かされたのも、私は必死でこいでいたので結構ショックでして、動きたいけど動けない。自分の体力の無さ筋力の衰えを感じています。

花粉症がひどくなり、たばこをやめて六年。思っていた通り体重増加、食欲増進しました。その際医師に相談しましたが「今はどっちも我慢するのは体に良くないから好きなだけ食べて、たばこをやめる事に重点をおいて体重の事は気にせず、完全に辞められてから減量すればいいですよ。」と言われ、タバコはきっぱりやめたのですが、増量が止まらず、今まであまり肥った事が無かったのでどこまで肥れるんやろか!? と変なスイッチが入り気が付けば臨月の時の体重にまで到達!! 何も産まれへんのですよ!!

今では周りからばっさりという評価を頂ける立派な体に成長致しました。年齢的にもそろそろ自分の体の事を考えて、健康とか体作りについて考えるようになりました。人の体って、口から摂取する食物で出来ていて体力を付けるのはもちろんですが子供達に作る栄養満点な食事が実は自分にとっては、摂取カロリーオーバーになっていたり、筋肉量が減った事で基礎代謝が下がり、今までと同じ食事では糖質、脂質が摂取オーバーで、脂肪に変わってしまい、なかなか体重が落ちないという状況ではないかと思ひ、今流行っている低糖食について調べてみました。

その私なりになのですが、調べて糖質オフ食にトライして十日間で二キログラム減量出来ました。実際、低糖質の食事って何食べてるの? 何が食べれるの? と皆さんにも知って頂き、まずは一週間でも試して頂きたいのです。糖質の過剰摂取は肥満だけでなく、肌の老化を早める事が解っています。透明感がなくなり、シミやしわが出来やすくなります。糖質オフは美肌キープの為にも必要な食事方法です。

七日間で効果を実感する四つのポイントがあります。この四つのポイントを今日からでも実践してもらえれば一週間で体重が落ちていく効果を実感できるはずですよ。

- ① 一日の糖質の摂取量 体重×一グラム以内
- ② 一日のタンパク質の摂取量 体重×一グラム～一.五グラム
- ③ 一日の脂質の摂取量 体重×一グラム～一.五グラム
- ④ 一日の食事回数五～六回

この四点に注意しゆっくり無理なく痩せたい方は、朝食、昼食は主食を半分にし、夕食は主食を抜く。一日一回は主食を食べない方は、昼食は主食を半分にし、朝食、夕食は主食を抜く。一日でも早く効果を出したいという方は、三食とも完全に主食を抜く。ご飯パンなど主食を控える事から始めてください。

白米ご飯茶碗一杯一五〇グラムで五十七グラム、食パン一枚(六枚切り)二十九グラム、スパゲティ八十グラムで五十八グラムです。体に良いとされる玄米や全粒粉を使ったパンも高糖質です。意外と見

落としがちですがギョーザや春巻きの皮、春雨、天ぷらやフライの衣などにも糖質が含まれますので食べる量に気を付けてください。

水分は一日二リットル以上。男性は三リットルは飲むようにこまめに補給し、お酒は糖質が少ないものを選び、糖質オフダイエットではこまめに水やノンカフェインのお茶で水分補給を心がけ、紅茶やコーヒーは無糖タイプを。栄養価の高い果物や野菜ジュースには糖質が多く含まれている場合がありますので要注意。お酒は焼酎やウイスキーなどの蒸留酒、糖質ゼロのビールを適量飲むようにしましょう。

そして食事と同じように大切なのが運動ですね。筋トレして筋肉量を増やし、まずは基礎代謝での消費カロリーを上げ、三食きちんと食べても良い体にする為に少なくとも毎日十分でもスクワットをして下半身を鍛えてください。基礎代謝を上げると免疫力も上がるので一石二鳥です。痩せたい方はぜひ今日から一週間糖質制限にチャレンジしてみてください。

私は結果にコミット出来るようにしばらく続けたいと思ひますので、目に見えて変わってきたら遠慮なさらずに声を掛けてやって下さい。ほめられて伸びるタイプです。笑

おたより紹介  
コーナー

『おたより紹介』のコーナーへの  
投稿を募集しています

- 題材…自由。  
協会への提言、季節雑感、詩、短歌、俳句、川柳等々、何でも結構です。
- 字数…15字×16～19行の間に、  
本文、会社名、筆者名を全て記入  
して下さい。

## OBM行事予定

8月

- 25 水 *ビル設備管理技能検定1・2級(実技)*
  - 26 木 *ビルクリーニング技能検定基礎級(～27日)*
  - 27 金
  - 28 土
  - 29 日
  - 30 月 *貯水槽清掃作業従事者研修*
  - 31 火
- 9月
- 1 水
  - 2 木 *建築物排水管清掃作業従事者研修(大阪会場)*
  - 3 金 **三役会議・理事会(中止)**
  - 4 土
  - 5 日 *ビル設備管理技能検定(1級実技ペーパー/1・2級学科試験)*
  - 6 月 *ビルクリーニング技能検定基礎級*
  - 7 火 *ビルクリーニング技能検定随時3級*
  - 8 水
  - 9 木 **万博推進・ワーキンググループ委員会(延期)**
  - 10 金 **労働安全衛生大会(中止)**
  - 11 土
  - 12 日
  - 13 月 **設備保全部会**  
*建築物清掃管理評価(インスペクター) 資格者講習会①-1(大阪科学技術センター)*
  - 14 火 **環境衛生委員会**  
*建築物清掃管理評価(インスペクター) 資格者講習会①-2(大阪科学技術センター)*
  - 15 水 **総務友好委員会 賛助会世話人会**
  - 16 木 **万博推進・ワーキンググループ委員会**
  - 17 金 **広報委員会**
  - 18 土
  - 19 日
  - 20 月 **敬老の日**
  - 21 火 **経営委員会 公益・契約委員会**
  - 22 水 **清掃作業従事者研修**
  - 23 木 **秋分の日**
  - 24 金 *外部精度管理実施説明会(オンライン)*

## KKCお薦め講習会(10月以降)につきまして

令和3年10月以降に開催予定の講習会は下記のとおりです。  
詳細は、随時会員企業様に郵送している開講案内、または、KKCホームページ (<https://www.bmkkc.or.jp>) にてご確認ください。

### ●外国人技能実習制度における養成講習

技能実習制度においては、技能実習責任者は3年ごとに主務大臣が告示した養成講習機関によって実施される講習(養成講習)を受講していただく必要があります。

#### (1) 技能実習責任者講習

- ① 10月5日(火) 10時～17時50分(貸し会議室プランセカンス)
- ② 12月7日(火) 10時～17時50分(貸し会議室プランセカンス)

#### (2) 技能実習指導員講習

- ① 10月4日(月) 10時～17時20分(貸し会議室プランセカンス)
  - ② 12月6日(月) 10時～17時20分(貸し会議室プランセカンス)
- (貸し会議室プランセカンス: 御堂筋線「西中島南方」駅徒歩1分)

※KKCホームページよりお申し込みください。

### ●令和3年度 警備員現任教育

KKCで実施する「令和3年度 警備員現任教育」は下記日程の10回です。「教育実施証明書」は、受講された時間分で当日交付いたします。いずれも若干名お席がございます。ご希望の方はお早めにお申し込みください。(会場収容率は、全日程50%で実施します。)

#### ■基本教育(4H)

<会場> 全てエル・おおさか

<時間> 全て9時25分～14時40分

- ① 10月25日(月)    ② 10月26日(火)    ③ 10月27日(水)
- ④ 11月15日(月)    ⑤ 12月13日(月)

#### ■業務別教育(6H)

<会場> 全てエル・おおさか

<時間> 全て9時25分～17時

- ⑥ 10月12日(火)    ⑦ 10月13日(水)    ⑧ 10月14日(木)
- ⑨ 11月16日(火)    ⑩ 12月14日(火)

※開講案内のお申込書をFAXにてお送りください。

申込・問合せ先: 一般社団法人関西環境開発センター(KKC)教育訓練部

TEL 06-6836-7651 FAX 06-6836-7653

E-MAIL: [bmkkc@swan.ocn.ne.jp](mailto:bmkkc@swan.ocn.ne.jp) URL: <https://www.bmkkc.or.jp>  
～講習会のご案内はホームページで随時お知らせいたします～

## 会員だより

### ●住所変更

[賛助会員]

・株式会社ユーホーニイタカ

〒135-0014 東京都江東区石島2-14 Imas Riverside 四階A

TEL 03-5633-2520 FAX 03-5653-3575

(電話、FAX番号は変更ありません)

(2021年8月30日より)

へんしゅうざっかん

## 編集雑感

私は大阪に三十年以上住んでいるが、出身は千葉県である。中学時代素行があまり良くなく、高校受験に当たり担任の先生から私立校を専願で受験してくれと言われ、公立高校を諦め近所にあった「専修大学松戸高校(通称専松)」に進学する事となった。

当時専松は学業もスポーツも誇れるような状況ではなく、専修大学の付属高校という位で特に特徴もないような学校だったように記憶している。「小さな親切運動」を推進していて、生徒はほぼ全員が献血をするのが当たり前というのが特徴的ではあったかも知れない。

私は大卒だが受験勉強はしたことがない。専松からは毎年六〇名近い卒業生の内、七割程が推薦で専修大学に行けたからだ。勉強が好きでなかった私が大学に行けたのは、専松に進学した事が大きかった。

大学卒業後、千葉を離れ大阪に居ついた私は、滅多に同窓会にも行けず二〇一五年七月まで母校の事は忘れかけていた。二〇一五年七月二十六日、全国高校野球千葉県大会決勝で名門習志野を破り、甲子園初出場が決まったとの連絡が入るまでは。過去地方大会ベスト4が最高で、甲子園に出る程のレベルではなかったのが驚いた。しかし、初甲子園は初戦で花巻東に負けて終わった。その後毎年のようにいいところまでは行くものの、県大会優勝は出来ず今年の春選抜で久しぶりの甲子園出場となった。善戦するも中京大京京に〇一二で惜敗し甲子園初勝利はならなかった。

夏の大会は期待しながら千葉TVの動画で応援し続けた。四回戦までは順調だったが五回戦、準々決勝はともに一点差のドキドキものの勝利だった。決勝は共に優勝候補の木更津総合との一騎打ちで、九回を終わりに六六で延長戦に突入した。この日は広報委員の日であったが、スマホで速報を見ながらの応援となった。結果延長十三回サヨナラ満塁ホームランで甲子園出場が決まった。

八月十日から始まる甲子園は、新型コロナウイルスの影響で無観客試合とはなるが、母校の甲子園初勝利を期待し応援したいと思う。一回戦の相手は選抜準優勝の強豪明豊高校が決まった。

緊急事態宣言下のお盆休みなので、母校の甲子園初勝利に向けて頑張る姿をTVにかじりついて応援しようと思う。

(T・H)

### 「母校の活躍」

私は大阪に三十年以上住んでいるが、出身は千葉県である。中学時代素行があまり良くなく、高校受験に当たり担任の先生から私立校を専願で受験してくれと言われ、公立高校を諦め近所にあった「専修大学松戸高校(通称専松)」に進学する事となった。

当時専松は学業もスポーツも誇れるような状況ではなく、専修大学の付属高校という位で特に特徴もないような学校だったように記憶している。「小さな親切運動」を推進していて、生徒はほぼ全員が献血をするのが当たり前というのが特徴的ではあったかも知れない。

私は大卒だが受験勉強はしたことがない。専松からは毎年六〇名近い卒業生の内、七割程が推薦で専修大学に行けたからだ。勉強が好きでなかった私が大学に行けたのは、専松に進学した事が大きかった。

大学卒業後、千葉を離れ大阪に居ついた私は、滅多に同窓会にも行けず二〇一五年七月まで母校の事は忘れかけていた。二〇一五年七月二十六日、全国高校野球千葉県大会決勝で名門習志野を破り、甲子園初出場が決まったとの連絡が入るまでは。過去地方大会ベスト4が最高で、甲子園に出る程のレベルではなかったのが驚いた。しかし、初甲子園は初戦で花巻東に負けて終わった。その後毎年のようにいいところまでは行くものの、県大会優勝は出来ず今年の春選抜で久しぶりの甲子園出場となった。善戦するも中京大京京に〇一二で惜敗し甲子園初勝利はならなかった。

夏の大会は期待しながら千葉TVの動画で応援し続けた。四回戦までは順調だったが五回戦、準々決勝はともに一点差のドキドキものの勝利だった。決勝は共に優勝候補の木更津総合との一騎打ちで、九回を終わりに六六で延長戦に突入した。この日は広報委員の日であったが、スマホで速報を見ながらの応援となった。結果延長十三回サヨナラ満塁ホームランで甲子園出場が決まった。

八月十日から始まる甲子園は、新型コロナウイルスの影響で無観客試合とはなるが、母校の甲子園初勝利を期待し応援したいと思う。一回戦の相手は選抜準優勝の強豪明豊高校が決まった。

緊急事態宣言下のお盆休みなので、母校の甲子園初勝利に向けて頑張る姿をTVにかじりついて応援しようと思う。