

面倒くさい病

(株)サン 安藤 剛毅

普段、仕事をしていて「面倒くさいな」と思うことは有りませんか。私も思うことがあります。「この様にすれば効率的に早く終わる、手間がかからない・やるだけ無駄・早く帰りたい・時間内に終わらない」等、理由としてはこんなところでしょうか。

仕事にしろ、日常生活にしろ、行動する上では決められたルールや手順があります。仕事でいえば作業手順や、安全確保の為でしょうか。

皆さん今の仕事を初めて行ったときは、緊張感を持って先輩方からの指導を受けていたと思います。その仕事に慣れてきて、作業のやり方が分かってくると同時に「油断」と「慣れ」がやってきたと思います。そうすると、心の中に付け入り襲ってくるのが「面倒くさい病」です。最初は「ほんの少しだけ」の手抜きのつもりが、それが日常的になり、どんどんエスカレートしていきます。指示された手順通りには動けなくなってしまい、守るべきルールも守れなくなります。

では面倒くさくて手を抜いた「その先」に何があるのかを考えてみましょう。私は「事故・怪我・苦情・隠す」であると考えます“手順を守って仕事をしていれば本来、保たれるはずのクオリティーが保たれず、取引先から苦情”となることもあります。場合によっては“自分の手抜きが原因で、自身が怪我をする事故”になるかもしれません。“無関係の

人を巻き込む事故”になる事もあります。酷い場合には、「面倒くさくて手順と違った事をした」という、この事実を誤魔化そうと報告しない・相談しない・隠すことを行う人もいるようです。そうなれば会社にも重大な迷惑を掛けます。一緒に働いている仲間にも迷惑を掛けます。そして信用を失います。一人で解決出来る問題ではありません。

誰にでも間違いをしてしまうことは有ります。私も間違えてしまうことも当然にあります。仕方のないことです。人間なのですから。でも「面倒くさくて」は、間違いで済まされるのでしょうか。

この「面倒くさい病」は、いつでも心の隙間にスッと侵入して暗躍する瞬間をうかがっています。誘惑と言ってもよいかもしれません。誘惑のその瞬間は楽に感じると思います。するべきことをやらなくてもいいのですから。時間の短縮になると思っているのですから。でも気付いた時には取り返しがつかない、修正が効かない事態になっています。

私も新しく入ってきた仲間に作業手順やルールを教えることがあります。教える時には「面倒だと思ったことこそ丁寧・確実に行いなさい。そうしていれば何かあった時は自身の正当性を主張できるから」と伝えていきます。

私も日々の仕事を行う上で一つ一つの事を丁寧・確実に行っていきたいと思います。

心の健康を保つために

(株)サン 長田 紗也加

安全と聞くと、事故や怪我のことを関連してイメージすることが多い。しかし私たちが社会で働くうえで、最も大事なことは心の健康を維持することである。働いていく中で、仕事や責任の重さや人間関係など、さまざまな要因でストレスを感じることもあるだろう。それらは中々切り離すことのできないものである。ゼロにすることは難しいからこそ、心の健康を維持するためにも自分自身でストレスとうまく付き合っていかなければならない。

社会に出て、自分が気づかないうちにどんどんとストレスが積み重なり、その環境に負けてしまう人がいる。他人からすれば、“そんなこと”と思うことも、当人にとっては耐えられないことかもしれない。それは人によって心のキャパシティが違うため、当人にしか分からないことである。自分の限界を知らないと、心の健康はどんどん壊されていってしまう。そんな状態で仕事をすると集中できずに失敗が多くなる。集中力やモチベーションが下がると、業務に長い時間が費やされてパフォーマンスが低下し、業務全体が効率的でなくなってしまう。業務の面での失敗だけでなく、人とのコミュニケーションが取れなくなったり、集中力

の欠如から交通事故をしてしまったりなどの大きな問題にまで発展してしまう可能性が高くなる。現場がないと成り立つことのない私たちの仕事にとって、現場の人とのコミュニケーションが取れなくなってくると現場がうまく回らなくなり、お客様からの信用も無くしてしまう。

そうならないためにも、自分の中にあるストレスを少しでも減らしていかなければならない。自分の好きなことをする、家族や友人との時間を多くするなど、自分の中でいくつかの回復ポイントを持っておくことで、疲れた心もリフレッシュすることができる。

健康づくりは基本的に個人で行なっていくものであるが、一人だけでは実現することが難しい。ストレスは周りの環境からくるものであるから、同じ環境で働いている人たちでサポートし合うことも大事である。そういった配慮と自分自身のケアで心の健康を守っていく。業務上の安全確保については会社で定められていることが多いが、まずは心の安定を確立していくことが働いていくうえで最も重要なことなのではないだろうか。これらを意識して自分の中で持っておくことが、安全を守ることに繋がるだろう。

三分の確認と三時間の後始末

東海ビル管理(株)

戸塚 清美

業務においていろいろな作業があります。何かの準備・片付け・現場での作業・事務仕事。その時必ず確認作業を行っていますか？自分を過信しているわけではなく、確認作業をルーティンに入れていない人は多いと思います。しかし、自分は信じつつも提出前、運用前に一通りの確認作業を行なう、これだけでかなりのミスを防げるのではないのでしょうか？一通りを二通りそしてできれば他の人に確認してもらう。未確認よりもずっとミスを防ぐことができます。

最近、ニュースでいろいろな事故や労災を見かけます。ネットニュースには読者の意見を公開するいわゆる「コメント」があります。見てみると事故や労災のコメントには大体「それをする前に確認はしなかったの？」「だれか注意する人はいなかったの？」などのコメントが多く見られます。確認することは基本で大事だとわかっていても見逃す人が多数いるのが現実です。気のゆるみはもちろんですが「確認」がミスやトラブルを減らすのです。表題に三時間の後始末と書きましたがトラブルから繋がる事故が裁判ともなれば三年くらい続くこともあるので（経験済み）、三時間の後始末では済まないこともあるのですが、三十分の後始末も三時間の後始末も三年の後始末も、たった三分の確認で防げることもある

のです。確認ミスによる事故はほとんどが人災なのです。

そして確認と同じく大事なことに「わからないことは聞く」があります。

「聞くは一時の恥、聞かぬは一生の恥」という言葉がありますが、この言葉をどれだけ体現できていますか？通常この言葉は所作・作法に対する言葉ですが、業務でもとても必要な言葉だと思っています。業務中、わからないことや自信がないことに遭遇した時、「まあいいか」や「こっちでいいか」で済ませていませんか？その結果、ミスやトラブルにつながる可能性があります。その時に調べて確認したり、誰かに聞くことでミスやトラブルを防ぐことができます。それも三分でできるのです。そこで、周りの人は人に聞ける環境を作ることも大事なのです。

三分の手間がどれだけ自分を助けるか？三分の手間を惜しまず、とりあえず三分間見直しや確認を行なってみてください。その時にミスや問題が見つかれば、後の自分は楽になるでしょう。自分を信じるのも必要ですが、パーフェクトな人だってミスはします。パーフェクトな人ほど確認を忘れないと思います。

そして、この文章も三分の確認を行なってから提出します。

健康保持増進について

(株)サン 山入 綾香

今、高齢化社会が進むと同時に働く高齢の人も増えている。現社会には、かけがえのない高齢の労働者達だが、体の痛みを訴える人が多くいる。その中で、健康を保持させるにはどうすればいいのだろうか。

最近では、一年に一回は、受診する健康診断で判定結果がC以上の人も増えてきている中で再診や改善する人は何人いるだろうか。軽減するには、本人と同時に会社が把握し、管理する事も大事な事だと感じる。体にでている危険なサインを本人が重く受けとめずに放置している際には、会社側が一押しする事で軽減するケースもあるのではないかと考えられる。故に、常日頃から仕事をする上で個人の健康管理の向上意識も同時に上げていくことも重要である。一見健康そうに見える人が体の痛みを悩んでいるとしたら打ち明けられ

る環境をつくり、一緒に改善方法や病院に受診する事を進めたり寄り添う事をしていく必要がある。

このことから会社と個人の二人三脚で行うことが働く人の健康保持増進につながるのではないかな。そうあるべきだと私は考えます。

