

# 富士美装便り

## 新年1月号



高知県西庁舎は7階建てで高知市津波避難ビルに指定されています。施設の外回りにはイチヨウの木が植えてあり、落葉時期には凄い落ち葉の量になります。この周辺のビルの周りもイチヨウの木を植えてるところが多く、この周辺はイチヨウの落ち葉だらけになりますが、この西庁の前だけはいつも綺麗に掃除されています。他の施設の回りは凄い落ち葉なのに……

ここの施設は午前には長崎さん、水田さん、午後には河村さんが清掃しています。

先日、県庁の担当者の方とお話した時に、清掃の評価を見せて頂きました。トイレが今までにない高得点で10点満点のところに満点がいくつもあり、凄く誉めて頂きました。

これは長崎さん、水田さん、河村さんが綺麗にしてくれている成果だと思っています。



株式会社 富士美装  
平成30年1月発行

# 社訓

「私達は清掃のプロ」

お客様に快適空間を提供する事を心がける

「一人ひとりが会社の顔」

お客様に常に「見られている」という意識を忘れずに

「感謝の気持ちを忘れずに」

感謝と笑顔とありがとうの気持ちを忘れずに

明けましておめでとうございます。  
皆さん、新年はいかがお過ごしでしょうか？

富士美装に来て、1年3ヶ月になります。引き継ぎもなく手探り状態でここまで来たので皆さんにご迷惑をかけたところも多々あると思いますが今では少し慣れてきて、皆さんとも話が出来るようになり、皆さんの事も分ってきた様に思います。

最近は皆さんのおかげで『いつも綺麗にしてくれてありがとう』などの声も聞こえてきます。

これからの富士美装は、安定した利益の出る会社、そしてそれを皆さんの給料に反映させていき、知識や経験を考慮し新たに評価制度も取り入れていこうと考えています。

昨年の研修会で学んだ事も思い出して、富士美装の誰が清掃しても同じレベルの清掃ができるようにしていきたいと思います。

また、新たな事業として循環風呂の配管清掃も始めました。今度も隙間産業として新しい事にも挑戦していきます。

山崎さんが退職して新しい山口君が入社しました。山崎さんの今までの経験と実績は大きいものがありましたが、山口君は清掃未経験ながらも一生懸命山崎さんの後を引き継いでくれています。これからも山口君と現場のサポートをしていきますので宜しくお願いします。

最後になりましたが、富士美装は皆様と一緒に歩み『富士美装に任せていたら大丈夫だね』と言われる会社を目指して進んでいきたいと思っています。

社長：小比賀 和弘

# 高知城歴史博物館 清掃スタッフ インタビュー

右から

- 永野 雅恵
- 細川 真理子
- 河村 壽眞子
- 浜田 志和子



【清掃において常に気にかけている事は？】

挨拶を丁寧に、しっかりと大きな声で。

仕事をする上で一番大切なこと、それが挨拶。

出勤時はもちろん、職員さんとすれ違うとき、お客様とすれ違うとき  
目を見て挨拶をし、気持の良いコミュニケーションを第一に考え  
テキパキとした作業や挨拶で、見ていて気持ちの良い清掃作業を  
心掛けています。

【清掃においてやりがいを感じるときは？】

「ありがとう」と言葉を頂いたとき。

毎日朝が早く、足腰の痛みもありますが、

「綺麗になったねえ」「いつもありがとう」とお言葉を頂いたとき、やってて良  
かったという気持ちになり、疲れを忘れさせてくれます。

【清掃へのこだわりは？】

特にトイレ清掃と展示室のガラス

トイレの大便器は、うつむいて便器の裏、便座の裏まで細かく汚れを  
チェックし隅々まで汚れの除去、においの除去をしています。

基本トイレは、綺麗な箇所からの清掃ですが、お客様の利用を優先し  
便器からの清掃を優先する等、臨機応変な清掃を行っています。

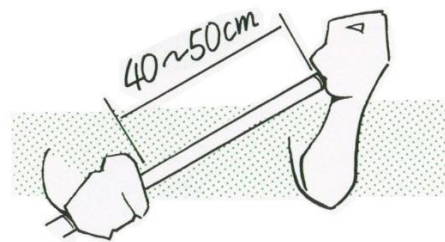
また、歴史博物館では展示品が多くあり、展示室のガラスやガラスの縁  
の手垢等に注意し清掃を行なっています。

・・・インタビューを終えて感じた事・・・

朝が早く清掃箇所も多い現場ですが、4名のスタッフで協力しチームワー  
クの良さを感じます。展示室など清掃箇所を拝見させて頂くと、ガラスや通  
路、階段等、とても綺麗な印象を受ける現場です。

## 技術情報②

今回は皆さん出来てと思いますが、自在箒、モップの使い方です。



### 自在箒の使い方

#### ▲ 持ち方

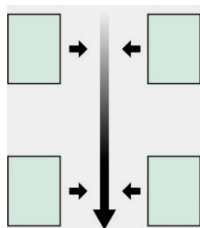
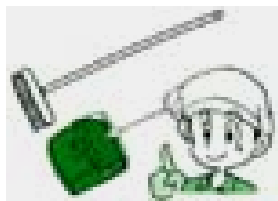
..... 片方の手で柄の先端を握ります。  
もう一方の手は、そこから40～50cm下を握ります。

#### ▲ 姿勢

..... 足は肩幅と同じくらいに開き、背筋を伸ばして  
やや前かがみになり、楽な姿勢にします。

#### ▲ 掃き方

- .....
1. ブラシを軽く押さえるように前のほうへ掃きます。
  2. 部屋の奥から入り口へ、狭い場所から広い場所へ掃いていきます。
  3. 階段の場合は下の段に立ち、両端から中央に掃き下の段へ掃き落とします。
  4. 所々にゴミを集めて、ちりとりで取り除きます。



#### ▲ 注意点

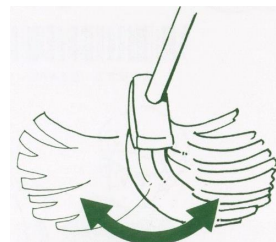
..... 作業後は毛かきなどでブラシにたまる毛だまりを取り除きます。自在ぼうきのブラシが床に設置するような保管はしないようにしましょう。

## モップの使い方

◆ 持ち方 ..... 片方の手で柄の先端を握ります。  
もう一方の手は、そこから40～50cm下を握ります。

◆ 姿勢 ..... 足は肩幅と同じくらいに開き、背筋を伸ばして  
やや前かがみになり、楽な姿勢にします。

◆ 拭き方 ..... 1. モップのヒールを床につけ、左右に動かします。  
2. 8の字を横に描くように、120～150cmくらいの幅で、後ろにさがりながら拭いていきます。  
3. 糸ラグが汚れてきたら裏返します。(約3m位)  
4. 全体に糸ラグが汚れたら洗うか交換します。  
(汚れたモップで拭くと逆に床を薄黒くします)



# 健康について

## インフルエンザ

インフルエンザは普通の風邪とは異なり、突然の38℃以上の「高熱」や、関節痛、筋肉痛、頭痛などの他、全身倦怠感、食欲不振などの「全身症状」が強く現れるのが特徴です。

インフルエンザウィルスに感染した場合、約1～3日の潜伏期間の後、インフルエンザを発症します。続く約1～3日では、突然の38℃以上の「高熱」や全身倦怠感、食欲不振などの「全身症状」が強く現れます。やや遅れて、咳(せき)やのどの痛み、鼻水などの「呼吸器症状」が現れ、腰痛や悪心(吐き気)などの「消化器症状」を訴えることもあります。通常は、10日前後で症状が落ち着き、治癒します。

普通の風邪は1年を通してみられますが、インフルエンザは季節性を示し、日本では例年11～12月頃に流行が始まり、1～3月にピークを迎えます。

風邪の多くは、発症後の経過がゆるやかで、発熱も軽度であり、くしゃみやのどの痛み、鼻水・鼻づまりなどの症状が主にみられます。

これに対し、インフルエンザは高熱を伴って急激に発症し、全身倦怠感、食欲不振などの「全身症状」が強く現れます。関節痛、筋肉痛、頭痛も現れます。また、インフルエンザは、肺炎や脳炎(インフルエンザ脳炎)などを合併して重症化することがあります。

### インフルエンザ予防接種について……

インフルエンザ予防接種は軽いインフルエンザにかかってインフルエンザに対する抗体を身に付け、かかり難く重症になり難くするのが目的です。

予防接種のリスクですが、軽いインフルエンザにかかる為、免疫力が低いと体調が悪くなる可能性があります。また、その年に流行すると思われるインフルエンザウィルスを予想で作りますが予想が外れると普通にインフルエンザにかかってしまいます。

### ～～ インフルエンザにかかりやすい人とかかりにくい人の違いは、免疫力の違いです ～～

免疫力の高い人はインフルエンザウィルスが体の中に侵入してきても自己免疫力でウィルスをやっつけます。でも、免疫力が低い人はインフルエンザウィルスが侵入してきても自己免疫力が低いのでやっつける事が出来ません。当然インフルエンザにかかってしまいます。

じゃあどうやって自己免疫力を上げるかですね。

免疫力が下がる要因はストレス、食生活、運動などです。これは腸内環境が大きく関わります。腸内環境の良い人は免疫力も高く、インフルエンザ、風邪にもかかり難いのです。

何年も風邪、インフルエンザにかかっていない人がいますよね。

そういう人は腸内環境が良い人です。

11月号に善玉菌、悪玉菌の事を書きました。善玉菌が優位な人は腸内環境が良くて免疫力も高く、インフルエンザ、風邪にかかり難くなります。

腸内環境を良くして、病気になりにくい健康な体になるようにしましょう。

後、インフルエンザに有効なのはうがい、手洗いです。

