

お陰様で弊社は創業25周年を無事迎えることが出来ました。これもお客様各位のご最頂の賜物と心から感謝申し上げます。年齢も71才になり、今迄と違った感覚で物事を見る事が出来るようになりました。今後ともお引立てをお願いします。栩野

MMQCとは「もっと儲かる業務改善」で「業務改善は、人づくり、品質づくり」を実践する着実・前向き・具体的な活動です。

プチ改革で楽しく！

右掲は、近所の百貨で衝動買いしたポケット・ラジオです。台所用品を探しに行った際に、レジ廻り商品として陳列されていて800円という価格に思わず衝動買いしたのです。この時、「これでウオーキング」という囁きが聞こえたのです。実際に、自宅と事務所間の往復時に、例えば、朝は道場洋三さんの声を聴きながら出勤するようになりました。

不思議ですね。すると歩く距離が少し長くなりました。8年前にウオーキングでダイエットを始めた頃は、片道2.5kmで30分で歩けるコースを作って月間200kmをクリアしていたのです。ところが、94kgから70kg台にダイエットできたので、亡き妻も急激に減量したので「病気ではないか」と気遣ってくれたので、そこで、ムリしない程度の安定コースに切り替えたのです。その後、母が介護施設のお世話になり、毎日のように見舞いに行くという事が加わって、月160km程になっていました。

今回、母が3月に亡くなったのでお見舞いという縛りがなくなり、少しリバウンド気味になっていたのですが、元のように片道30分のコースに復活したのです。折しもコロナ危機で不要不急の外出を自粛となり、買い物も3日分を買うようになったのですが、帰宅や出社という大義名分があるので、ラジオを楽しみながら少し(約10分)長い距離を歩くようにしたのです。

意外にラジオって楽しいですね。例えば、いろんな情報が聴けるのです。時事ニュースから桑原征平さんの下ネタまで、ラジオならではのバラエティです。イヤホンで聞いているのですが、外の音も十分に聞こえるので安全面や知人と出会った時の挨拶にも不自由がないのです。たぶん、スマホにかかって来た電話の対応でもイヤホンの音は伝わってないようなので、ラジオを聞きながら返事をしていることもあります。



仕事も小道具で楽しく！

非常事態宣言で「3密」の規制が出たので、従来の昼休みを兼ねて近くのジャンカラで30分間100円余りでコーヒーを頂きながら約6曲歌う楽しみが無くなっていますので、30分とはいかないですが約10分ほど余計にウオーキングをして、例えば、氏神様にお参りしたり、百貨によって台所用品を買うという目的を持ってラジオを聞きながら楽しんでいきます。お陰様で少しダイエットになって75kgになり、やっと、当初の目標値をクリアしました。8年がかりです。

しかし、8年という時間で年齢が70才(もうじき71才)になり、体力の衰えに気づくようになりました。特に、昼食後、30分ウオーキングで事務所に戻った時は、少し昼寝をするようになりました。体力の低下か胃の消化力の低下なのか、どちらか分かりませんが8年前にはなかったことです。疲れるという事は楽しくないにも繋がりますので、30分ウオーキングをラジオを聞く事で楽しい時間に変えて持続して行きたいと思えます。

このように、ポケット・ラジオでプチ変革していますが、何事も「楽しく」する工夫が必要と思えます。折しもコロナ危機で非接触が叫ばれて、LINEやZOOMなどでオンライン会議が始まっています。今まで、多くの人が1ヶ所に集まっていたのですが、オンラインなら移動の時間やコスト・リスクが無くなりました。このようなオンライン会議は定着すると思えますが、一工夫を加えるとともに充実したものになると思えます。

例えば、形式張らない会議ならBGMを流したり、コーヒーブレイクを挟んだりすると個人の好みで楽しめます。BGMをイヤホンで聞き、好きな飲み物と飲み物を頂けば、わざわざ喫茶店に集まる必要もなくなります。気の合う方たちにLINEでコーヒータイムを共有しようと呼びかけてZOOMなどで雑談しながら一時を楽しむというスタイルも楽しいと言えます。離れた所にいる仲間と楽しいコミュニケーションが一服の清涼剤になると思えます。

ワンポイント・アドバイス

最近、ZOOMが流行しています。弊社はお客様に呼び掛けてZOOMでオンライン会議の機会を増やしています。会議のポイントは事前準備と議事録を残す事ですが、用意したデータを画面共有して討論すると意外にも皆さんの参画度が高まりました。進行役の方は、議事録を書き込みながら進めて、議論の変わり目に議事録を確認する事で会議効果が高まっています。いろんな知恵が生まれます。

