



# むしゃむしゃキッチン's file.1

～余った切り餅は、こうやって料理しろ！～

## ★むしゃむしゃ料理長スペック

和洋折衷あらゆる料理を作れる反面、男のずぼら飯の研究にも抜かりはない。生来の恥ずかしがり屋さんで調理中の追記コメントは恥ずかしさを隠すために関西弁。そして顔出しNG。だったら記事出すなよ…w

皆さん、明けましておめでとうございます。営業課のM者です。僕は毎日料理を作っています。いつか社内報でレシピの紹介をしたいと思っていましたが、ついその時が来ました！  
今回のテーマ食材は「切り餅」。きっと皆さんのご家庭でも食べ飽きて嫌われている切り餅が残っているのではないのでしょうか？そんな余った切り餅も、食べた皆さんもハッピーになる料理作って行きたいと思います！

### ■今月の紹介料理は「お好み餅春巻き」



これが材料や。春巻きの皮、明太子、紅しょうが、天かす、ハム、ちくわ、千切りキャベツ、チーズ、そして切り餅。こんなおせち作れるやん。



まずは春巻きの皮を広げんねん。そこに餅を乗せたらお好みの具材を入れんねん。え？お勧め？知らんやん、好きなの乗せたらええやん。



ほんなら春巻きの皮で包んで。欲張ってぎゅーさん具材入ると包めへんから、ほどほどにな。油塗ったらオーブンへ。200℃で15分やな。



焼けたで！おたふくソース、青のり、削り節を掛けて完成やっちゃうねん！おかずとお米(餅)一気に「むしゃむしゃ」食べられ最高やん！

あ、取り乱してすみませんでした。これからも不定期連載していきたいので「むしゃむしゃキッチン's見たよ。」とお声掛け頂けるとありがたいです。

## 宮城県 歩数アップチャレンジ

職場の仲間と健康づくり！

以前にご紹介いたしました宮城県主催「歩数アップチャレンジ」の結果発表です。社内で3人一組の8チームにて10・11月の2カ月間、皆頑張って歩きました。

3人の2ヶ月間のチーム平均歩数の順位は以下の通り。

- 一位：「MaSH」 平均 21,326歩
- 二位：「五十歩百歩」 平均 15,889歩
- 三位：「とし★のり」 平均 15,446歩

そして、会社全体の平均歩数は 12,010歩という結果でした。

個人ではなんと、1日42,679歩も歩いた強者もいます。宮城県での結果報告は12月の下旬となっており、何位なるかも楽しみです。他に社内での表彰もあります！皆さん、お疲れ様でした！

会社情報はホームページを！  
<http://tps-s.co.jp/>



ブログも随時更新中です！  
ぜひご覧ください♪

## 編集後記

明けましておめでとうございます。本年もどうぞ宜しくお願い申し上げます。  
今月号で歩数アップチャレンジの結果が発表され、チャレンジした社員の体力がついた事や引き続き体力維持に歩いている話を聞き、運動の大切さを再認識しました。スポーツ庁のページにて運動・スポーツに取り組む事で健康の保持・増進だけでなく、ストレス解消、自己免疫力を高めてウイルス性感染症の予防効果に役立つと記載されています。未だコロナが終息しない中、体力をつけて今年も元気に過ごしたいものです。

編集委員 岩淵、齋藤、神馬、鈴木、中村、武者 (50音順)

# 2023 1月号 T P S NEWS

光る輝きをサポートします

～究極の夢と空間を追い求めて～

新年謹賀

Vol.134

繁栄物語助演会社  
株式会社ティ・ピー・エスサービス  
住所 仙台市泉区上谷刈字治郎兵衛下48-3  
電話 022-372-0815  
発行責任者 藤巻 紀夫

この紙面は「繁栄物語助演会社」として地域の皆様、お客様、社員、お取引先の皆様、そして志を共にする関係業界の皆様のお役に立つために編集されています

## あけましておめでとうございます

旧年中は大変お世話になりました。本年も宜しくお願い申し上げます。

TPSサービスは「守る責任」「つなぐ責任」をテーマに昨年10月より31期をスタート致しました。成長する企業として今年も多くのチャレンジし、5ヶ年ビジョンに掲げた「個性(ヒト)のチカラを社会(マチ)のチカラに」の達成を目指し、設備課の業務である貯水槽清掃時に排水していた水を業務課の清掃作業時に使用する水として再利用したり、報告書など紙媒体で作成、提出させて頂いていたものをDX化に伴うペーパーレス化する等、私たちにできる「SDGs」を見つけ、促進していきます。本年もティ・ピー・エス サービスを宜しくお願い致します。



営業日：月～金曜日 ※祝日、夏季休業、年末年始休暇を除く

営業時間：8時30分から17時30分

## 賀正

社長コラム

新年あけましておめでとうございます。

昨年コロナ禍の影響により仕事の進め方や生活環境が大きく変化した一年になりました。この影響がまだまだ続きそうですが、令和五年が皆様、そしてご家族にとりましてご健勝でありますことを心よりご祈念申し上げます。

本年TPSサービスは六月十日に創立三十周年を迎えさせていただきます。節目のこの日を迎えるには創立から今日まで計り知れない多くの方々のご支援ご指導ご協力があったからこそ三十年と心より感謝申し上げます。次第でございます。

ありがとうございます。

三十年を迎える本年は改めて三十年前の初心と真摯に向き合い、創立からこれまでに培った経験を活かし、これからもお客様・働く方に喜んでいただけるように最高のサービス提供し続ける「TPSサービスらしさ」を目指し、気持ち新たにこれまでの固定概念にとらわれず「守れるもの」と「変えられるもの」を意識し、常に時代に挑戦しアップデートし続ける「TPSサービスらしさ」を追求し、日々努力して参りたいと思っております。皆様のご協力をどうぞよろしくお願い申し上げます。

本年私は年男です。還暦のようであります。(笑)

斎藤 正人

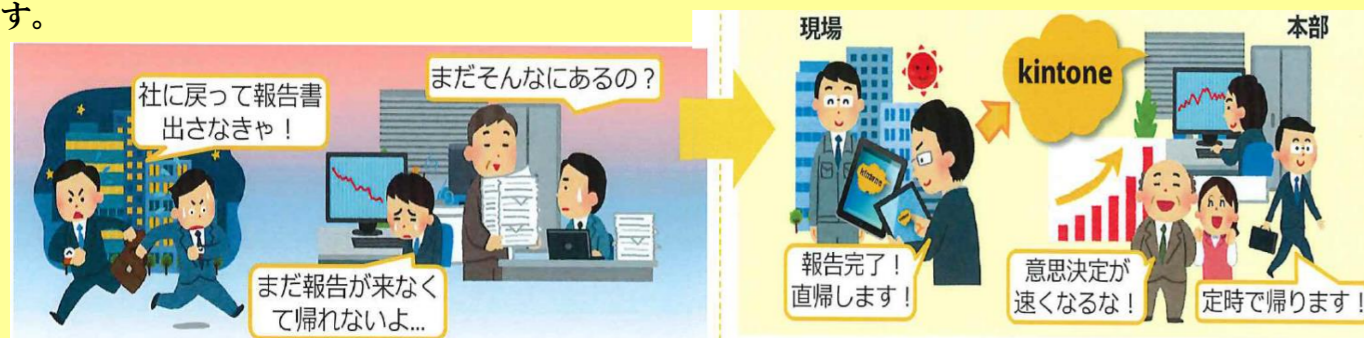
# 報告書のアプリ化、始動。 キントーン

～kintone(キントーン)の活用範囲の拡大～

kintone(キントーン)は開発の知識がなくても、最短3分で業務アプリの作成が可能なクラウド型業務アプリ開発のプラットフォームです。案件管理や進捗管理、日報管理などのアプリがプログラム不要で作成できます。登録した情報は複数人で共有でき、目的に応じてデータを抽出し集計することも可能です。

ドラッグ&ドロップの操作だけでアプリを作成できるので、システム担当者だけでなく、業務の担当者が必要に応じてアプリを作成することができます。また、改善の必要があれば修正が可能で、より業務に即したアプリの運用を行うことができます。

社内での活用ではスケジュールと日報を管理するアプリや物品購入の申請や許可をするアプリ、その他複数のアプリが既に動いております。2022年は社内でのテスト運用を行い、2023年からは現場作業の報告書作成のアプリ化を通して現場から戻ってから報告書作成をする時間を無くし、より効率的な管理を目指します。



現場から戻ってからの事務処理の時間を無くすと同時に報告をリアルタイムに受け取れる環境を作ることによって建物利用者への安心と安全を提供できるよう努めます。

## 事例に学ぶ 健康 + 安全 クリニック

冬場の転倒災害は重症化する。【急】のつく行動をしないこと！

雪が降り出した朝、Aさんは契約先の駐車場から小走りに建物に向かう途中、凍結した路面で滑り転倒、肩を強く打った。骨折し、休業1ヶ月が必要となった。そうならないための注意点とは？



ポケットハンド。見逃すあなたも共同責任。

冬の転倒災害は車から外へ、事務所から作業場へなど、身体が寒さに慣れないうちに慌てて行動して起こる事が多い。特に出入口付近では路面、床面の質が異なっていることもあり、急いで駆け込み転倒する事故が多く、まさに出入口では災害が待っている。さらに、寒さでついポケットに手を入れて歩くこと(ポケットハンド)が、災害が起きた際の重症化にもつながっている。

ポケットから手を出すまでに0.2秒～0.3秒は掛かる。高齢者はこの反応がさらに遅くなる。手袋が有効であるが、なかなか徹底されない。転倒防止には常に両手を自由に使える状態にすることが重要である。

路面の凍結に対する対応として、車の運転の場合は12月頃にはタイヤを付け替え、冬の天候に備える。しかし、作業者は豪雪地帯でもない限り冬用の靴に履き替えと言うことはあまりない。せめて朝礼などで職場リーダーから「転ばないよう、ポケットハンドや路面の凍結などに注意して下さい。」の声掛けは実施してほしい。また、車の運転では基本である「急のつく運転をしない」は、通常の作業でも同様である。

地域の労働局では冬の転倒災害防止キャンペーンを展開し、ホームページでも防止対策を公表している。是非この機会に一度チェックしてみることをおすすめする。

## 照明のLED化お済ですか？



国内の主要蛍光灯メーカーが、2019年より相次いで蛍光灯器具及びランフの製造中止を発表しました。私たちが建物管理のお手伝いをさせて頂いている建物でも、ランフ切れがあった場合交換作業を行う場合がありますが、ランフを注文すると既に廃盤となっており後継のLEDランフを勧められるケースが増えてます。しかし、蛍光灯器具とLED器具の点灯方式異なるため、電球が切れたからと言ってLEDランフへ簡単に付け替える事はできません。

もし、既存の照明器具に直流電源であるLEDランフを取り付ける場合、器具の配線を改造すれば点灯させる事は可能ですが、器具とランフで必要とする電流が合わないため火災に至った事故例もあるので、どのメーカーも当然ですが改造工事は推奨していません。

※既存の蛍光灯器具に異変を感じたら、まずは製造年を確認しましょう。

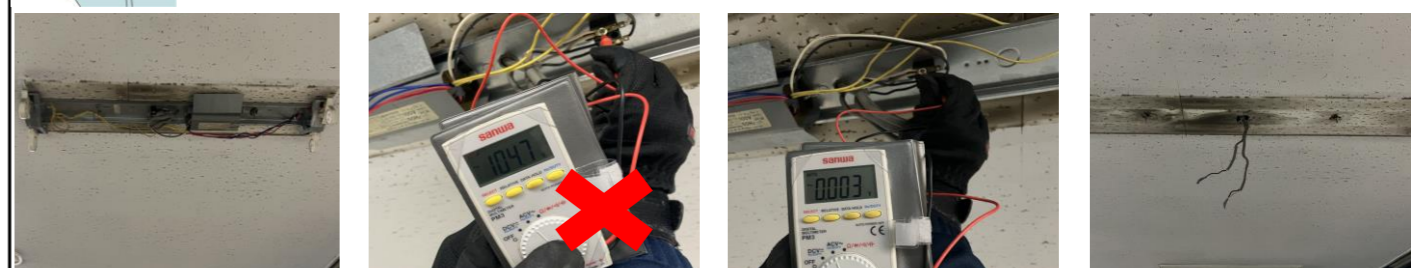
**ステップ①**  
蛍光灯を交換する。点灯しない。千カチカする。点灯までに時間が掛かる。次へ→

**ステップ②**  
蛍光灯を外したら器具のカバーを外す。※外し方はメーカーにより異なります。次へ→

**ステップ③**  
カバーを外したら確認出来る範囲で配線などに損傷がないか確認します。次へ→

**ステップ④**  
品番や製造年を確認してTPSへご連絡下さい。照明器具の寿命は10年～15年とされています。

Q: 面倒なのでTPSさんで確認してもらえませんか？  
A: はい。もちろん無料で確認させていただきます！



LED照明器具への交換工事のご依頼を頂きましたので作業にお邪魔しました。お客様にてカバーを外してくれていたのが工程を飛ばして、テスターで通電状況を確認します。×印の写真は104.7Vの電圧が流れています。この状態での工事は「活線工事」と呼ばれ、電気工事の際に発生する災害の大きな要因となります。皆様の大切な財産や作業員の命を守るため、TPSは社内ルールで活線工事は行いません。電気工事の際は必ずブレーカーを切って行います。



近い未来に蛍光灯は在庫がなくなり、LED器具が必須になります。ランニングコスト減についても提案させていただきますので、是非TPSへご相談下さい。