

むしゃむしゃ Kitchen's file.2

料理を愛し、料理に愛された料理長「むしゃ」。2023年1月号で第1回目の特集を組んだ際は、「はさかしいので顔出しNGで！」と言っていたが、こく一部読者より好評だったと知り、調子に乗って薄っすら顔出ししました！さて、何回目で素顔を晒すのか・・・

皆さんお待ちかね「むしゃむしゃキッチン's」のコーナーです。嬉しい事に前回の記事が大変反響があったということでなんと…連載が決定しました！（勝手に）という事で第二弾！今回作る料理は糖質を抑え、「ヘルシーチーズチヂミ」。豆腐が生地の代わりにすることで片栗粉の量を減らし糖質を抑え、さらにカリカリふわふわのチヂミになっちゃいます☆ 具材をボールにプツ込めばOKなので、面倒な洗い物が少なく誰でも気軽に作れる！ てことで、今回も食べた皆さんがハッピーになる料理作っていきたいと思います！

◆今回紹介する料理は『ヘルシーチーズチヂミ』



これが今回の材料や。
 [チーズチヂミ] [タレ/2人前]
 木綿豆腐 150g 酢大さじ1
 卵1個 醤油大さじ1
 鶏ガラの素大さじ1 ごま油小さじ1
 片栗粉大さじ4 白いりごま少々
 ニラ 1/2束
 もやし1/3袋
 チーズ お好み
 鶏ひき肉 50g

用意した具材をボールにポンッや！豆腐を潰しながらまんべんなく混ぜたらOKやで。え？手が汚れる？そんな手袋したらええやん。※チーズは入れすぎるとカロリー高くなって全然ヘルシーじゃなくなるで。

ほんならフライパンで焼いてくで。ごま油をひいて中火で温めたら具材投入や！片面3～4分、焼色がついたらひっくり返し、生地周りにごま油を回し入れ、また3～4分中火でカリッとなるよう焼いてくんや。

今回もご覧いただきありがとうございます。『こんなレシピが知りたい』などありましたら、お気軽にTPSスタッフまでお声かけ下さい。料理長が喜びます。

大量の焼きそば

大きなお肉

4月1日(土)に会社の敷地内にてTPS桜まつりと称し、お花見が行われました。今回はコロナが少し落ち着きを見せた事で事務所スタッフのみの少人数で開催しました。大量の焼きそばや大きなお肉など色々な焼き物を食べながら飲み物を飲み、大いに盛り上がりました。次回は皆さんも参加出来るように開催したいと思いますので、宜しくお願ひ致します。

会社情報はホームページを！ <http://tps-s.co.jp/>

QRコード

ブログも随時更新中です！ぜひご覧ください♪

編集後記

ようやく今年大変だった花粉の飛散も落ち着き、日差しも穏やかで気持ち良い季節になりましたね。新年度から1ヶ月が経ち、日常も落ち着き始めましたが、疲れも出始めた頃ではないでしょうか？深呼吸するだけで自律神経が整うと聞いた事があります。私は家で日々時間に追われ、深呼吸をする事すら忘れがちです。新緑を見ながら深呼吸（そして美味しい物もプラス）でリフレッシュ！皆さんもどうですか？

編集委員 鈴木・齋藤・中村・武者・岩淵

TPS NEWS

vol.138
2023年
五月号

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～

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

31期第3回目 全体会議 開催

2023年4月19日（水）に31期第3回目の全体会議を開催しました。全体会議は期内でクォーターごとに区切り、全社員が集まって開催されます。今期の会社や各課で掲げた目標に対してどのくらい進捗しているのか、そして計画や予定を社内全体で共有することを目的とした会議です。

第3回目となった今回も事業計画の進捗状況、各課でディスカッションを行った後、目標に対しての進捗状況や修正計画の発表が行われ皆で共有し再確認をしました。

今回は各個人の進捗状況の発表もあり、目標を改めて見つめ直すいい機会となりました。次回は7月です。目標達成出来るよう皆で一丸となり頑張っていきます！

～社長コラム～

先日、4月末の日曜日に盛岡南ロータリークラブ様の創立50周年記念式典に参加する為、盛岡市内に行っていました。その時のお話します。

当日お昼前に仙台駅から新幹線に乗りましたら、席はすでに外国人の方々が大勢乗車されている事に少し驚きました。そして、新幹線が盛岡に到着するアナウンスが流れると、外国人も日本人も殆どの乗客が席を立てて盛岡駅で下車するのです。何故だろうととても驚きました。そして駅には大勢の観光客で賑わっていて、ものすごい活気を感じました。私は駅前で冷麺を食べようと1便早い新幹線に乗り込んだのですが、何と、何と、予定していたお店にはお客様の長蛇の列。やむを得ず周辺を歩くも殆どのお店にはお客様の待列で駅中の立ち食いそばも行列状態で、結局は残念ながら売店からパンと飲物を買って食べる事になりました。一体何故こんなに盛岡に大勢の人がいるのか不思議でした。

その答えがその後の盛岡南ロータリークラブ創立50周年式典に参加させて頂いてやっと理解しました。それは来賓として盛岡市の谷藤市長が出席されており、来賓祝辞でのお話に2023年1月にアメリカのニュータイムズ紙が「2023年に行くべき52カ所」に「盛岡市」が選ばれました！！その影響で現在の盛岡市及びその近郊はとて賑わいに溢れております。と挨拶されておりました。納得、納得致しました。

メディアやマスコミなどの情報発信のパワーってもの凄く影響力があるんだと本当に感じた日でした。仙台から盛岡までは新幹線で40分位です。是非、岩手銀行赤レンガ館や啄木新婚の家等、ノスタルジック盛岡物語を楽しんではいかがでしょうか。詳しくは盛岡市ホームページをご覧くださいませ。これからの季節に盛岡まで車で移動される方はもう少し足を延ばして八幡平の「ドラゴンアイ」もおすすめですよ！（5月中旬～6月上旬）

齋藤 正人

事例に学ぶ
健康 **+** 安全
クリニック



作業中断後のヒューマンエラーに注意！
～場を離れる前、後の変化を相互確認～

同僚と二人でホテル内のプールサイドを清掃していた。カビ汚れがひどい所があり、除去用の洗剤を塗布していた。作業中にトイレが我慢できずに作業を中断。洗剤を塗布した箇所は滑りやすいと注意していたが、トイレからもどった同僚は注意された内容と状況の確認を忘れて滑って転倒。尾骨と手首を骨折した。

人はミスをする。だから指差してしっかり確認しよう。

右の記事にあるように、2023年4月にマスタースクールが開催された。全スタッフへ向けた研修は約1年振りなので、今回スクールの主題は作業をする上で最も大切である「危険予知(KY活動)の心得を再確認した。

「うっかり」「ぼんやり」「見間違い」「聞き間違い」「思い込み」「無意識な動作(くせ)」「省略的な行動」等のヒューマンエラーが事故の90%以上に絡んでいる。それらを

誘発する行為や行動の一つが**作業の中断**である。一連の作業がリズム良く行われていたところで、忘れた資機材を取りに戻る。電話が掛かってきて別な用件が割り込んでくる。などの理由で作業が中断されることは少なくない。そして元の作業に戻った際にヒューマンエラーが発生して、事故となるのだ。

その背景では「**集中力**」「**記憶**」「**リズム**」そして「**コミュニケーション**」の**中断**が起きている。

上の事例の場合も、トイレに行く前に作業エリアに洗剤を塗布していたことは分かっているし、洗剤が塗布された箇所は滑りやすくなっていると言う事も承知していた。しかし、危険箇所の記憶があいまいになっていてトイレ中に同僚が新たな作業エリアへ洗剤を塗布していたことは分からなかった。

事故防止のポイントは作業の**中断**を想定し、それまでの仕事のマーキングをしておくことである。作業看板やカラーコーン、養生やマスキングテープなど身の回りのものを何でも活用しよう。さらに、共同作業者が居る場合は中断している間の進捗状況を仲間をしっかり確認することが重要である。

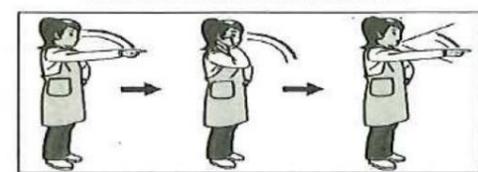
人間の注意力のレベルは下表のように5段階に分けられる。最も信頼性が高く、注意力旺盛な**フェーズⅢ**で作業したいところだが、この状態が維持できるのは15分程度だと言われている。そこで通常レベルのフェーズⅡからフェーズⅢに切り替える意識が大切となる。そのきっかけと有効な行動が「**指差し確認**」である。

危険箇所の確認時や作業後の現状復旧確認時などに、とても有効な確認動作となり作業途中や作業後の

必要に応じフェーズⅢに切り替えて

フェーズ	意識の状態	注意の作用	生理的状态
0	無意識	ゼロ	睡眠状態
I	意識ボケ	不注意	居眠り、酒酔い運転
II	リラックス	ポジティブ 通常レベル	定例作業
III	クリア	アクティブ 注意力高い	積極活動時
IV	過緊張	判断停止	パニック

指差し確認の実践方法



対象を見て指を差す
指を耳元へ振り上げ、丁寧、確実に確認する
確認した事項を「～ヨシ」と声に出しながら振り下ろす

パニック状態の改善にも効果がある

マーキング効果もあるので特に勧めたい。
ヒューマンエラー防止にも有効な指差し確認を行い、KY活動を実践して労働災害が起こる状況を無くしていきたいものである。

マスタースクール 開催!

いよいよ始まりました！今期第1回目のマスタースクールが4月14.18.19.20日の4回に分けて開催されました。コロナ禍でなかなか開催出来ずにいましたが、マスクの着用が緩和されるなど徐々に落ち着きをみせてきている為、今回の開催となりました。

清掃業務の心得
安全と衛生
危険予知(KY活動)の心得



岩崎係長より「清掃業務の心得」として、私達が目指すビューティコンシェルジュの定義や目指すための目的と効果、101%のプラス1%の内容などの説明がされました。またDVDを観ながら清掃の基本やあいさつの大切さを再確認しました。



大場さんからは「危険予知の心得」として、イラストを使用しながらそこにはどんな危険が潜んでいるのか、それに対してどのような対策方法があるのかの説明が行われました。

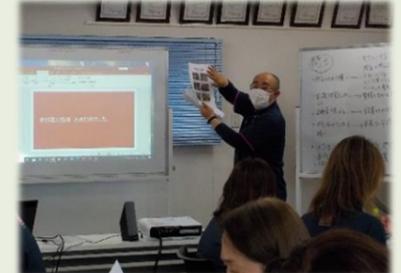


その説明の後に各グループに分かれ、物件の写真から危険予知とその対策を話し合うディスカッションが行われました。



各スタッフと社員が一緒になって危険箇所や対策の意見を出し合っていました。

その他、清掃箇所の注意すべき点も説明されて、今回のスクールは終了しました。次回の開催も7月に決定しております。次はどのような内容になるのか楽しみです。年4回の開催に戻せるよう頑張りますので、皆様のご参加を宜しく願います。



Instagram 始めました!!



我が社でも遂にInstagramを始める事になりました。まだ始めたばかりですが、今後は随時UPしていきますので気になった方は右記のコードよりログインしてフォローを宜しく願います!

Follow Me

