

IBAKYOU NEWS



109号 2021.3.1

茨協ニュース

一般社団法人 茨城県ビルメンテナンス協会

困難に負けない
プロフェッショナルを目指せ



偕楽園の梅と千波湖

2	巻頭言	7	令和3年度 主要事業・行事の開催予定
3	令和2年度 高齢者活躍人材確保育成事業 (清掃スタッフ講習)の実施報告	8	新型コロナウイルス感染症に伴う 各種支援のご案内
4	第49回茨城県障害者技能競技大会開催される	9	家庭内でご注意いただきたいこと (8つのポイント)
6	令和2年 労働災害事例	10	私の楽しみ(はなしのリレー)
7	理事会だより	11	編集後記
7	各委員会だより		

－年度末に寄せて－



(一社) 茨城県ビルメンテナンス協会
会長 大山 進

会員の皆様方におかれましては、年度末を迎え、何かとお忙しい日々をお過ごしのことと存じ上げます。

喫緊の課題となっております新型コロナウイルス（以下「新型コロナ」）は、依然として厳しい状況が続いておりますが、我が国におきましても、2月17日からワクチンの接種が開始され、新型コロナ対策は大きな節目を迎えようとしています。

これを機に、新型コロナの脅威が軽減され、一刻も早く安全・安心な生活が戻ってきますことを心から願うものです。

さて、当協会の令和2年度事業を振り返りますと、計画した事業の多くが中止又は延期を余儀なくされるなど、多難な1年でありました。

しかし、そのような中で、8月の「新生活様式に向けたホットな情報提供」では、初めての取り組みでしたが、多数の閲覧をいただき、アンケート調査にも多数のご回答をいただくことができました。

さらに、感染防止対策の徹底を図りながら開催した9月の「顧客とのコミュニケーション促進とクレーム対処法に係る研修会」と、10月の「令和2年度労働安全衛生大会」は、それぞれ多数のご出席をいただき、盛大に開催することができました。

また、「茨協ニュース」の合併号を発行することができました。

これも会員の皆様方のご理解とご協力の賜物と、心から感謝申し上げる次第でございます。

一方、私どものビルメンテナンス業は、昨年、新型コロナ禍の中で、政府から、社会の安定の維持に

必要なサービスとして事業の継続を要請されるなど、業務の重要性和責任の重大さが社会的に再認識されたところです。

そのことを踏まえ、現在、新年度の事業計画と収支予算書の策定作業に取り組んでいるところですが、引き続き、人材育成を事業の中心に据え、新型コロナ対策も取り入れ、事業の一層の充実を図っていきたいと考えています。

特に、社内での人材育成では、「**困難に負けないプロフェッショナルを目指せ**」を新年度の目標として掲げ、社員が、職業人としてより高いスキルを修得できる職場環境の構築を、会員の皆様方に推奨してまいる所存です。

ここで、「プロフェッショナル」について、少し掘り下げてみたいと思います。

◇私が思い描く「プロフェッショナル」とは

- 1 優れた専門知識や技術（技能）を有するだけでなく、その実力を実際に現場で発揮できる実行力も兼ね備えること。
- 2 仕事の評価は顧客に任せ、顧客の満足度を第一に考え、決して自己満足に陥らないこと。
- 3 顧客や職場の同僚など、周囲の人たちとのコミュニケーション能力を磨き、何事でも分かり易い説明を心がけ、相手の意向や要望などを正確に把握すること。
- 4 どんな困難な仕事でも、必ず突破口があることを信じ、冷静に前向きな姿勢で臨み、決して諦めないこと。
- 5 仕事を高く評価されても天狗にならず、常に周囲の意見に耳を傾け、謙虚さを忘れないこと。

以上が、私のプロフェッショナルのイメージです。

会員の皆様方におかれましては、それぞれ企業の個性に応じ、様々なイメージを描かれることと存じます。いずれにしましても、人材の育成に向けましてのご尽力に、心からご期待申し上げます。

新年度におきましても、会員と協会が一体となり、建築物の環境衛生を確保し、県民の衛生的かつ快適な生活に寄与してまいる決意でありますので、皆様方のご理解とご協力をお願いいたします。

令和2年度 高齢者活躍人材確保育成事業 (清掃スタッフ講習) の実施結果

この人材育成事業は、当協会が、公益社団法人茨城県シルバー人材センター連合会様（以下「連合会様」という。）から委託を受け、実施しているものです。

その目的は、高齢者が、健康で意欲と能力がある限り、年齢に関わりなく働き続けられるようにバックアップをすることにあり、まさに、「一億総活躍社会」の実現に向けた事業の一つとも言えます。

令和2年度におきましては、新型コロナ禍の下での開催となったため、連合会様では会場の3密防止等に努めるとともに、当協会では派遣する講師（3名）に防護マスク等を支給し、感染防止に万全を期しました。

1会場当たり2日間の日程の中で、受講者に基礎的な清掃技能を取得していただくため、当協会のベテラン講師が懇切丁寧な指導を行い、多くの受講者から好評をいただきました。

◇実施概要

- 開催の主体： 公益社団法人茨城県シルバー人材センター連合会
- 対 象 者： シルバー人材センターの会員でない高齢者（60歳以上）
職種転換を希望するシルバー会員若しくは昨年度1年間就業していないシルバー会員
- 会 場 数： 5会場
- 総受講者数： 延べ33名
- 講 師： 延べ10名 実数3名（塩谷講師、篠崎講師、鹿嶋講師）
- 内 容： 心得、安全と衛生、清掃用具の基本操作、トイレ及び洗面台、ガラス窓の清掃など
- 開催会場及び日程等： 別表のとおり。



(写真提供：(公社)茨城県シルバー人材センター連合会)

令和2年度高齢者活躍人材確保育成事業（清掃スタッフ講習）実施報告

市町村シルバー人材センター	実施日程	受講者数	担当講師	開催場所
常陸大宮市	8月3日(月) 4日(火)	5	塩谷 文則・鹿嶋 史子 同上	常陸大宮市シルバー人材センター (多目的ホール)
取 手 市	9月8日(火) 9日(水)	9	塩谷 文則・篠崎 嘉勝 同上	取手市ゆうあいプラザ (会議室)
神 栖 市	10月6日(火) 7日(水)	8	塩谷 文則・鹿嶋 史子 同上	神栖市シルバー人材センター (会議室)
常 総 市	11月4日(水) 5日(木)	4	塩谷 文則・篠崎 嘉勝 同上	常総市シルバー人材センター (会議室)
笠 間 市	12月8日(火) 9日(水)	7	篠崎 嘉勝・鹿嶋 史子 同上	笠間市シルバー人材センター (会議室)
計 5会場	延べ10日	延べ33名	延べ10名	

第49回茨城県障害者技能競技大会が 開催される



第49回茨城県障害者技能競技大会が、令和2年12月5日(土)～6日(日)の日程で、茨城県職業人材育成センターにて開催されました。

当協会では、11年前から、毎年、主催者からの依頼を受け、茨城県大会の競技委員として2名の協会講師(塩谷文則氏、篠崎嘉勝氏)を派遣しております。

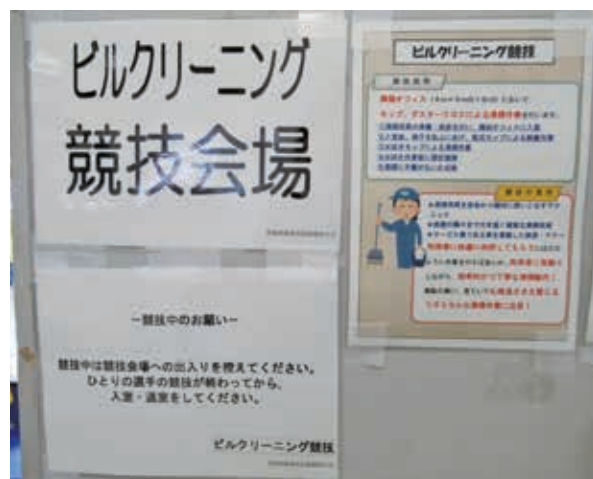
競技委員は、競技課題及び採点基準の作成、競技用機器、工具及び材料の準備、競技の審査など、重要な役割りを担っており、これまでの塩谷競技委員及び篠崎競技委員のご尽力に、心から感謝と敬意を表する次第です。

今回、当協会では、本大会の取材をすることになり、広報委員会の古市茂樹 副委員長(茨城グローブシップ株)が、大会初日の12月5日(土)に会場

を訪問しました。

古市副委員長によりますと、会場のビルクリーニングエリアで繰り広げられる各出場選手の技能の高さに驚き、一生懸命な姿には深い感銘を受けたとのことでした。また、塩谷競技委員、篠崎競技委員のご活躍を目の当たりにして、大変誇らしく感じたとのことでした。

本大会が、障害者の職業能力の向上と、雇用の促進等に寄与するものになりますことを、心から願うところです。



大会の概要

- 1 名称
第49回茨城県障害者技能競技大会
- 2 主催
独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構及び茨城県
- 3 主旨
障害者が培った技能を互いに競い合うことにより、その職業能力の向上を図るとともに、企業や社会の人々が障害者に対する理解を深め、その雇用の促進を図ること。
- 4 大会日時
令和2年12月5日(土)～6日(日) 午前9時から午後4時まで
- 5 会場
茨城県職業人材育成センター 水戸市水府町864-4
- 6 競技種目
全8種目(ビルクリーニングの種目には、25名の選手が出場。)
- 7 競技会の参加資格
以下のア～ウの全てに該当する者
ア 次のいずれかの所持者(身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳)
イ 競技時間に十分耐えられ、かつ支障をきたさない健康状態にある者
ウ 本県内に居住、勤務又は在学している者
- 8 競技会の結果(ビルクリーニング)
1位から3位の入賞(全て県立支援学校の生徒)

無上の喜び

建物衛生委員会 協会講師 塩谷 文則

当協会と、障害者の技能競技大会との関わりは、平成21年10月30日に、ひたちなか市で開催された「第31回全国障害者技能競技大会」が最初でした。当協会は、主催者から依頼を受け、当時、建物衛生委員会委員長の私と、協会講師の寺門司農夫氏（テルウェル東日本（株）茨城支店）、藤原明氏（株エム・ビー・シー）、立原幸治氏（株新日警管財）の計4名が、競技の審査、進行などを担当しました。全国大会ですから、出場選手の技能のレベルは高く、まさに選ばれた精鋭という感じでしたので、本当に緊張の連続でしたが、このような素晴らしい大会の運営に参加できて、大変光栄に感じた記憶があります。

その翌年の平成22年、「第39回茨城県障害者技能競技大会」から、当協会は、主催者から依頼を受け、「競技委員」として、私と協会講師の篠崎嘉勝氏（以下「篠崎講師」）が、大会の運営に参加することとなり、現在に至っています。大会では、各参加選手が、本番で日頃の練習で培った技能を存分に発揮できる環境づくりに努めているところです。

障害者との関わりは、大会以外でも、篠崎講



篠崎競技委員

塩谷競技委員

師と同じく、複数の県立支援学校から、当協会を通じて「社会人講師」の依頼を受け、授業の中で生徒に清掃技能の実技を教えています。

学校では、生徒に教えながら、自分の知識不足に気がつき、家に帰ってから勉強することも少なくありません。まさに「教えることは自分が学ぶこと」であり、自分を磨く貴重な機会にもなっています。

私達が、障害者との関わりを大切にしているのは、障害者も健常者と同様の生活ができるように支援すべきとする「ノーマライゼーション」の考え方に、深く賛同していることにあります。

今まで取り組んできたことが少しでも役に立

ち、障害者が、働く喜び、感謝される喜び、社会参加できる喜び、収入を得る喜び、そういう様々な喜びを味わうことができれば、それが、私達にとりましての無上の喜びです。

今後とも、体力と気力が続く限り、篠崎講師と一緒に、このライフワークにもなっている大役を続けていきたいと思っています。



災害事例

令和2年1月～12月の労働災害事例につきまして、会員各社から報告されたものを参考として掲載いたします。

1 業務災害

	年齢	性別	経験年数	発生日時	障害模様	程度	発生状況及び原因
				事故の型別			
1	69	男	7年 3ヶ月	6月2日(火) 9:30 清掃中 転倒	骨折	休業4日 未満	階段の清掃中に、不注意で誤って階段を1段踏み外し転倒、左手首と腰を打った。その際、左上腕を骨折した。
2	59	女	4年 3ヶ月	6月6日(土) 9:00 清掃中 激突	骨折	休業4日 以上	床を清掃中に、不注意で右後方を振り向いた際、右側にあった棚と右脇腹が激突、右肋骨を骨折してしまった。
3	64	男	5ヶ月	6月30日(火) 15:00 作業中 挟まれ	裂傷	休業なし	廃材置き場で鉄製の架台を移動させていたところ、地面と架台の間に左手薬指が挟まれてしまい、数針縫う裂傷を負った。 架台の重さが1人で作業できる重さではなかった。
4	70	女	5年	8月18日(火) 12:00 作業後 転倒	骨折	休業4日 以上	清掃作業を終え、事務所に戻る途中、ふらつき転倒し、その際に左上腕を骨折した。 ふらついたのは、熱中症が原因と考えられる。
5	63	男	1ヶ月 未満	10月6日(日) 15:10 作業中 転倒	副靱帯 損傷	休業4日 未満	工場内1階の玄関で靴を履こうとしたところ、注意不足でよろめいて、近くの植木鉢と傘立てに手をついた際、右手を痛めた。

2 通勤災害

1	24	男	2年 2ヶ月	6月19日(金)	なし	休業なし	自動車で出勤途中に、信号待ちの車に後ろから衝突してしまった。原因は、よそ見運転。
				8:00			
				出勤途中 衝突			

「労働災害発生報告システム」については、毎月、翌月の10日までに無災害の場合にも報告していただくことになっております。報告様式等、当協会ホームページに詳細がありますので、ご利用ください。

労働災害についての正確な情報を把握共有するためにも、毎月の「労働災害発生報告書」の提出について、引き続き、会員各位のご協力をよろしくお願いいたします。

理事会だより（令和2年12月～令和3年2月開催分）

第10回常任理事会

- 日 時** 2月12日（金） 15：00～16：45
場 所 茨城県総合福祉会館3F「多目的ホール」
出席者 大山会長、来栖・川上副会長、田口・石田・根本・増田各常任理事
 事務局（砂押専務理事、田山）
議 事 (1)新年度予算編成に当たっての留意事項
 (2)令和3年度新規事業の概要
 (3)令和3年度事業計画（案）について
 (4)一般社団法人茨城県ビルメンテナンス協会就業規則（改正案）について
 (5)その他



各委員会だより

広報委員会

◇第6回委員会

- 日 時** 2月3日（水） 15：00～16：15
場 所 協会会議室
出席者 川上副会長、田口委員長、後藤・海老根・沢田委員
 事務局（砂押専務理事、田山）
議 事 (1)茨協ニュース（第109号）の発行について
 (2)編集会議（2月17日）の取扱いについて
 (3)その他



令和3年度 主要事業・行事の開催予定

（令和3年2月12日現在）

担当委員会	事業・行事名	開催日時	会 場
	選挙管理委員会	4月7日（水）14：00～	協会会議室
	予備監査	5月11日（火）10：30～	同上
	監 査	5月20日（木）10：30～	同上
	第5回理事会	5月25日（火）15：00～	茨城県総合福祉会館 多目的ホール
	第47回通常総会	6月11日（金）または16日（水） 13：30～	ホテルレイクビュー水戸 または茨城県総合福祉会館
総 務	会員相互のコミュニケーション促進事業 BMゴルフ大会	6月、11月	未定
	レクリエーション	10月下旬	つくば市：フォンテーヌの森
	作業現場での新型コロナウイルス感染防護と 消毒作業の実務に係る研修会	4月14日（水）13：45～	茨城県総合福祉会館 多目的ホール
建 物 衛 生	第14回茨城県ビルクリーニング技能競技会	5月12日（水）	茨城県立青少年会館大研修室
	清掃作業従事者研修指導者講習会（新規・再講習）	7月7日（水）・28日（水） （3年度は2回開催）	茨城県総合福祉会館大研修室
	ビルクリーニング技能検定（1級）受検準備講習会	11月下旬（2日間）	未定
	高齢者活躍人材確保育成事業（清掃スタッフ講習）	未定	未定
設 備 保 全	技術者研修会	9月8日（水）	茨城県総合福祉会館大研修室
労働安全衛生	労働安全衛生大会	10月	茨城県総合福祉会館 コミュニティホール
広 報	茨協ニュースの発行	8月1日、12月1日 2022年3月1日	

令和3年度の事業・行事は、3月25日（木）に開催される第4回理事会で正式に決定されます。

新型コロナウイルス感染症に伴う各種支援のご案内

制度の具体的な内容や条件については現在検討中のものもあり、詳細が決まり次第、各省にて公表される予定です。

事業を守る	時短要請に応じ、飲食店の営業時間を短縮	地方創生臨時交付金の協力要請推進枠 協力推進枠のほか、地方創生臨時交付金は、コロナ対応の取組であれば自治体のご自由にお使いいただけます	緊急事態宣言区域は 1日最大 6万円 、月額換算最大 180万円 その他は 1日最大 4万円 、月額換算最大 120万円	お近くの都道府県の窓口まで
	緊急事態宣言の影響で飲食店との取引が減少 不要不急の外出自粛により売上が減少	一時支援金の支給 3月初旬に申請受付を開始予定	本年1～3月のいずれかの月の売上が 50%以上減の中堅・中小事業者 法人 60万円 、個人 30万円	一時支援金事務局 相談窓口 (申請者専用) TEL: 0120-211-240 IP電話等から: 03-6629-0479
	緊急事態宣言で公演・展示会等が中止	J-LODlive補助金 (キャンセル料支援事業) 2/22 申請受付開始	キャンセル費用、チケット払戻 手数料、公演・展示会等に関連する 動画の制作・配信費用を支援 上限 2,500万円	J-LODlive補助金事務局 映像産業振興機構 (VIPO) まで 03-6260-6023 (受付時間: 土日祝日を除く 10:00～17:00)
	売上減で資金繰りが厳しい	実質無利子・無担保融資 日本公庫・商工中金の申請期限: 当面2021年前半まで 民間金融の申請期限:2021/3/31	3年間実質無利子、最長5年間元本据置 実質無利子等となる上限額を引上げ 公庫(国民・民間(信用保証)) 4千万円 → 6千万円 公庫(中小)・商工中金 2億円 → 3億円 直近2週間でも売上減少要件を判断可能に	日本公庫 → 0120-154-505 (平日) 商工中金 → 0120-542-711(平日・土曜) 民間金融 → 0570-783-183 (平日)
	新分野展開や業態転換で事業を立て直したい	事業再構築補助金 3月公募開始予定	新分野展開や業態転換等の事業再構築に取り組む場合、 上限 1億円 までを最大 2/3 (中堅は 1/2) で補助 さらに時短営業の飲食店や外出自粛の影響で 本年1～3月のいずれかの月の売上が30%以上減なら 補助率を 2/4 (中堅は 2/3) に引上げ (上限1,500万円)	中小企業庁 技術・経営革新課 03-3501-1816
	感染防止対策をしつつ、販路を開拓したい	持続化補助金 3月公募開始予定	小規模事業者等に最大 100万円 まで 3/4 補助 さらに緊急事態宣言の影響で 本年1～3月のいずれかの月の売上が30%以上減なら 補助金総額に占める感染防止対策費の上限を 最大25万円→最大 50万円 に引上げ	中小企業基盤整備機構生産性革命推進事業 コールセンター メール: seisanseikakumei@smrj.go.jp 電話: 03-6837-5929 ※可能な限り、メールによるお問い合わせをお願いします
	ITツールの導入により、業務における接触機会を低減したい	IT導入補助金 実施準備中	業務の効率化、および接触機会の低減に 資するITツール等の導入費用を 最大 450万円 まで最大 2/3 補助 ※IT利用の付加 対応したIT導入(7/7)付、付加 利用料等)を支援するIT付加対応型は最大150万円	中小企業基盤整備機構生産性革命推進事業 コールセンター メール: seisanseikakumei@smrj.go.jp 電話: 03-6837-5929 ※可能な限り、メールによるお問い合わせをお願いします
	地域の公共交通の経営が厳しい	ポストコロナを見据えた 地域公共交通の活性化・継続 実施準備中	デジタル化の推進や新技術を活用した 感染症対策の導入費用等※ 最大 1/2 補助 ※例:高性能フィルタを有する空気清浄機等	国土交通省 地域交通課 03-5253-8396 またはお近くの地方運輸局まで
雇用を守る	観光拠点を再生して地域の魅力と収益力を高めたい	既存観光拠点の再生・ 高付加価値化推進事業 実施準備中	宿泊・観光施設の改修や廃屋の撤去費用を 1地域最大 5億円 まで最大 1/2 補助※ (事業者連携の場合は1億円) ※自治体・DMOまたは5社以上の事業者の連名	観光庁 観光産業課 03-5253-8330
	高機能な換気設備を導入して感染リスクを抑えたい	大規模感染リスクを低減するための 高機能換気設備等の 導入支援事業 3月公募開始予定	中小企業等の高機能換気設備及び 同時に導入する空調設備の導入費 用に対して 1/2 補助※ ※施設のCO2排出量の削減が必要	環境省 地球温暖化対策事業室 0570-028-341
	雇用を維持したい	雇用調整助成金 ※現行の特例措置については緊急事態宣言が 全国で解除された月の翌月末まで延長	一定の要件を満たす場合、 休業手当等の最大 10/10 を助成 (日額最大15,000円)	お近くの都道府県労働局または ハローワークまで (窓口、郵送、オンライン) コールセンター 0120-60-3999 (毎日 9:00-21:00)
	在籍出向で雇用を維持したい／ 在籍出向の人材を活用したい	産業雇用安定助成金	出向中の費用を出向元・先双方に 最大で中小は 9/10 、大企業は 3/4 助成 (日額最大12,000円(出向元・先の計)) さらに出向に係る初期費用1人当たり最大 15万円 助成	お近くの都道府県 労働局または ハローワークまで
生活を守る	休業期間中、賃金が支払われない	新型コロナウイルス感染症対応 休業支援金・給付金 ※現行の特例措置については緊急事態宣言が 全国で解除された月の翌月末まで延長	中小企業で働く従業員 (パート・アルバイト含む) に対して 日額最大 11,000円 を支給 大企業で働く一部の従業員も対象に	新型コロナウイルス感染症対応休業 支援金・給付金コールセンター 0120-221-276 (平日 8:30-20:00, 休日 8:30-17:15)
	コロナで離職を余儀なくされた方を雇いたい	トライアル雇用助成金	3か月の試用雇用期間中 一人当たり月額 4万円 助成 (短時間労働は月額 2.5万円)	お近くの都道府県 労働局またはハローワーク まで
	生活が苦しい ひとり親世帯の方々に	ひとり親世帯への 臨時特別給付金 多くの自治体で2021年2月末が 申請期限	児童扶養手当受給世帯等に対して 10万円 (第2子以降は ±6万円) (再支給分の金額を含む) さらに、収入減の場合 ±5万円	各市区町村の窓口まで コールセンター 0120-400-903 (9:00～18:00 土、日、祝日を除く)
	収入減で生活が苦しい	緊急小口資金・ 総合支援資金 申請期限:2021/3/31	貸付上限 200万円 (二人以上世帯) 最大 155万円 (単身世帯) ※令和3年3月までに総合支援資金の 再貸付(3か月分)を受けた場合 返済開始時期を 来年3月末 に延長	市区町村の社会福祉協議会まで コールセンター 0120-46-1999 (毎日 9:00-21:00)
生活を守る	休業による収入減で住居を失うおそれ	住居確保給付金 申請期限なし (12か月延長、3か月再支給は 2021/3/31が申請期限)	原則3か月、最長9か月※ 家賃相当額を支援 ※令和2年度中に新規で申請した方 に限り最長12か月 支給が終了した方へ 3か月間再支給	お住いの市区町村の 自立相談支援機関まで コールセンター 0120-23-5572 (毎日 9:00-21:00)
	コロナで学びの継続が困難	高等教育の 修学支援新制度 家計急変の採用は随時	学生生活に必要な生活費等 をカバーする 給付型奨学金(返済不要) と授業料減免	各大学等の窓口又は 日本学生支援機構奨学金相談センター 0570-666-301 (9:00-20:00 土、日、祝日を除く)

内閣府ホームページより

ご家族に新型コロナウイルス感染が疑われる場合 家庭内でご注意いただきたいこと ～8つのポイント～

(一般社団法人日本環境感染学会とりまとめを一部改変) 令和2年3月1日版

部屋を分けましょう

- ◆ **個室にしましょう。** 食事や寝るときも別室としてください。
 - ・子どもがいる方、部屋数が少ない場合など、部屋を分けられない場合には、少なくとも2m以上の距離を保ったり、仕切りやカーテンなどを設置することをお勧めします。
 - ・寝るときは頭の位置を互い違いになるようにしましょう。
- ◆ **ご本人は極力部屋から出ないようにしましょう。**
トイレ、バスルームなど共有スペースの利用は最小限にしましょう。

感染者のお世話はできるだけ限られた方で。

- ◆ 心臓、肺、腎臓に持病のある方、糖尿病の方、免疫の低下した方、妊婦の方などが感染者のお世話をするのは避けてください。

マスクをつけましょう

- ◆ 使用したマスクは他の部屋に持ち出さないでください。
- ◆ マスクの表面には触れないようにしてください。マスクを外す際には、ゴムやひもをつまんで外しましょう。
- ◆ マスクを外した後は必ず石鹸で手を洗いましょう。(アルコール手指消毒剤でも可)
 - ※マスクが汚れたときは、すぐに新しい清潔な乾燥マスクと交換。
 - ※マスクがないときなどに咳やくしゃみをする際は、ティッシュ等で口と鼻を覆う。

こまめに手を洗いましょう

- ◆ こまめに石鹸で手を洗いましょう、アルコール消毒をしましょう。
洗っていない手で目や鼻、口などを触らないようにしてください。

換気をしましょう

- ◆ 定期的に換気してください。共有スペースや他の部屋も窓を開け放しにするなど換気しましょう。

手で触れる共有部分を消毒しましょう

- ◆ 共用部分(ドアの取っ手、ノブ、ベッド柵など)は、薄めた市販の家庭用塩素系漂白剤で拭いた後、水拭きしましょう。
 - ・物に付着したウイルスはしばらく生存します。
 - ・家庭用塩素系漂白剤は、主成分が次亜塩素酸ナトリウムであることを確認し、使用量の目安に従って薄めて使ってください(目安となる濃度は0.05%です(製品の濃度が6%の場合、水3Lに液を25mlです。))。
- ◆ トイレや洗面所は、通常の家庭用洗剤ですすぎ、家庭用消毒剤でこまめに消毒しましょう。
 - ・タオル、衣類、食器、箸・スプーンなどは、通常の洗濯や洗浄でかまいません。
 - ・感染者の使用したものを分けて洗う必要はありません。
- ◆ 洗浄前のものを共用しないようにしてください。
 - ・特にタオルは、トイレ、洗面所、キッチンなどでは共用しないように注意しましょう。

汚れたリネン、衣服を洗濯しましょう

- ◆ 体液で汚れた衣服、リネンを取り扱う際は、手袋とマスクをつけ、一般的な家庭用洗剤で洗濯し完全に乾かしてください。
 - ・糞便からウイルスが検出されることがあります。

ゴミは密閉して捨てましょう

- ◆ 鼻をかんだティッシュはすぐにビニール袋に入れ、室外に出すときは密閉して捨ててください。その後は直ちに石鹸で手を洗いましょう。

- ご本人は外出を避けて下さい。
- ご家族、同居されている方も熱を測るなど、健康観察をし、不要不急の外出は避け、特に咳や発熱などの症状があるときには、職場などに行かないでください。

はなしの リレー

冬のソロキャンプのすすめ

一般社団法人 茨城県ビルメンテナンス協会
専務理事兼事務局長 砂押 操

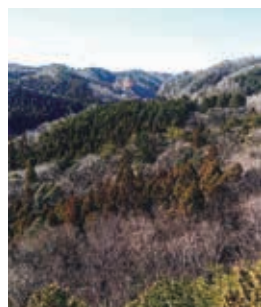
この度は、「茨協ニュース」に2回目の投稿の機会を与えていただきまして、心から感謝申し上げます。

今回は、新型コロナの影響からか、大きなブームとなっている冬のソロキャンプについて、ご紹介します。

私は、5年くらい前から、冬季に限定してソロキャンプを楽しんでいます。

キャンプを冬季に限定する理由は、①衛生害虫（蚊、ダニなど）がいない②食品の管理が容易③夜空が澄んでいる④焚き火で暖まれる⑤キャンプ場が混んでいない、などの様々なメリットがあるからです。

また、1人（ソロ）だと、①同行者に気を遣わずに済む、②自分の思考回路だけで過ごせる、といったことから、癒やしの効果が倍增するように思えます。



キャンプ場の上からの眺め
（栃木県方面）

私が利用するキャンプ場は、県北山間地の自然公園の一角にあり、車の乗り入れが可能です。

関連の設備は、洗い場とトイレだけで、まさに昭和時代の規格です。それでも、キャンプ場の上から見下ろす景色には山奥の雰囲気が漂い、とても気に入っています。

冬季の気温は、最も低い時期で、早朝は－9℃くらいになります。それでも、しっかりとしたテント、厳寒期用の寝袋、防寒服などを用意し、焚き火とガス器具等を上手に活用すれば、それほど寒さを感じないで快適？に過ごせます。

キャンプは、テントの設営など、宿泊の拠点作りも楽しいのですが、その醍醐味は何と言いましても暗くなっ



キャンプの設営

てからです。

揺らめく焚き火の炎、時おり背中に感じる寒気、光り輝く満天の星々、そこにフクロウの鳴き声が増えれば、そこはもう完全な別天地です。周りの全てが、普段の生活では味わえない非日常的魅力に満ち溢れています。



焚き火と調理器具

私は、料理は得意ではありませんが、一番多いのは「すき焼き」です。フライパンを使い、焚き火の熱で調理します。出来上がったら、フライパンを火のすぐ近くに置いて保温します。

「すき焼き」の場合、調理は少量ずつ2回に分けて行い、熱々の状態

で食するようにします。それが氷点下での食事のコツです。本当に美味しく、普段の生活では決してめぐり会えない味だと思います。

どんなものでも、火から離すと驚くほど速く冷えてしまうので、注意が必要です。その代わり、缶入りのビールやハイボールは、背後に置くだけでキンキンに冷えるため、最高の味となります。

食事を終えた後は、焚き火に手をかざしながら、ぼんやりと星空を眺めたり、炎に目を凝らしたりして、大抵はハイボールを少しずつ飲みながらの時間となります。寒い夜を、焚き火で暖まりながら過ごすことで、何となく大昔の人間になったような気分にもなります。

テントの中に入るのは、食器類の洗浄、歯磨き、火の後始末などをしてからですが、その時刻は午後9時と決めています。それから、眠くなるまでDVD（主に「北斗の拳」）を観ます。テレビの旅番組などで、高級な旅館・ホテルが提供する非日常的魅力が全開の超豪華なサービスを目にしますが、非日常的魅力だけで比較するなら、冬のソロキャンプは、それに負けていないと思います（笑）。

いかがだったでしょうか。「案ずるより産むが易し」です。自然は、あなたを呼んでいますよ。

次回は、関東ビルサービス株式会社の海老根秀二 様をお願いします。

編集後記

この記事を書いている2月17日時点では、ピーク時に比べ減少傾向にあるものの、依然コロナ感染者が毎日報告され、県独自の緊急事態宣言も継続中です。

私事ではありますが、このコロナ禍の外出自粛など厳しい状況下で、我が家にとって初めての経験でもあり、そして大きな出来事が2つありました。

まず、「アレクサ」が我が家にやってきたことです。「アレクサ」とは、AmazonEchoという音声だけでリモート操作ができるスマートスピーカーが搭載したAI（人工知能）アシスタントで、「アレクサ」と話しかけるだけで、音楽の再生、天気やニュースの読み上げ、アラームのセット、スケジュールやリマインダー設定などができ、問いかけによってはユニークな応答が返ってきます。

「アレクサ、今日の天気を教えて」と話すと「水戸の天気は～」と教えてくれます。「アレクサ」が我が家にやってきたことで、毎日家族の誰かが「アレクサ」に話しかけ、リマインダーのアラーム音が部屋中に響いたり、5歳の息子までが、AIアシスタントに礼儀正しく「アレクサ、ありがとう」と言うようになりました。

もう一つの出来事は、幼稚園に通う息子が、縄跳びが全くもって飛べないという人生初にして最大の壁の前に、もがき苦しみ続けたことです。（数週間後に縄跳び大会が予定されていました。）

自分だけ上手く飛べない（飛び方が分からない）孤独感と苛立ちによって、縄跳びをやりたくない＝幼稚園に行きたくないという負の連鎖で、毎朝毎晩、とにかく泣き続ける日が続きました。どんなにポジティブな言葉をかけても、息子の心には届かず、「どうして縄跳びをしなければいけないのか？」というただ一点の疑問を繰り返し泣きながら訴えてくる姿に、匙を投げたくもなりました。

それでも向き合おうと、あの手この手で話をしますがやはり届きません。しまいには「アレクサ、どうして縄跳びをしなければいけないの？」と泣きながら聞く始末。「すいません。よくわかりません」と寂しそうな答えが返ってくる。もちろんAI（人工知能）にだってわからないこともあります。しかし、息子は文句をいいながらも、泣きながらも1度も休まず幼稚園に登園し、家に帰ってからも練習を続けました。数週間ほど毎日、この繰り返しが続いたある日の夕方、もう日が暮れるから終わりにしようとして声をかけたところ、もう少しやると飛び続けました。その日、何が起きたのかは定かではありませんが、何かが息子に変化を起こさせました。

次の日から1回も飛べなかった彼が、2回連続で飛べるようになり、4回8回と日々記録を更新し、1週間後の縄跳び大会では43回の記録を達成するまでに至りました。ちゃんと壁を乗り越えられたのです。

創業46年、ビルメンテナンス業界の中で揉まれてきた我が社でも、この目まぐるしい勢いで変化していくニューノーマルの時代に戸惑い（ニューノーマルとは社会に大きな変化が起こり、変化が起こる以前とは同じ姿に戻ることができず、新たな常識が定着すること。「新常态」とも呼ばれます。）、何も行動できないもどかしさを常に感じています。しかし、リスクを恐れず挑戦し続ければ、息子が壁を乗り越えられたように、変化を起こせるかもしれないと思う昨今です。

責 任 者 会 長 大 山 進
編集責任者 広報委員長 田口 順章
発 行 回 数 年 3 回
印 刷 所 有限会社クリエイティブサンエイ

発行所

茨城県水戸市千波町1918

一般社団法人 茨城県ビルメンテナンス協会

TEL 029-305-5111 FAX 029-305-5112

E-mail ibmal@ceres.ocn.ne.jp

<http://www.ibaraki-bma.or.jp/>

