

池松らしさを届ける広報誌 VOL.18



2025
DEC.

IKEMATSU 12



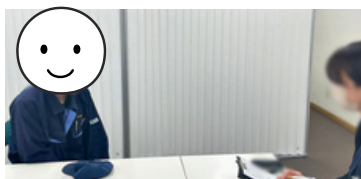
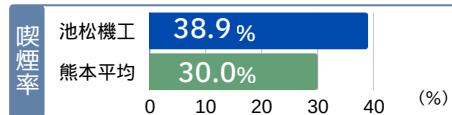
今月の社長のはなし PRESIDENT'S MESSAGE - ニヤリホット -

「ヒヤリハット」や危険予知活動（KY）はよく聞く言葉だと思います。
ヒヤッとしたり、ハッとした危険なことを共有し、労働災害の発生を防止するものです。先日「ニヤリホット」という言葉を聞きました。介護の現場で使われ始めた言葉で、思わずニヤリしたり、ホッと心が温まったことなど、ポジティブなことを共有するものです。ヒヤリハットと併せて取り組むことで、安全と活力、両方の成長に繋がります。人や事柄の良い面や良くなる提案などの声掛けをどんどん行い、池松機工の「ニヤリホット」を増やしていきましょう。

代表取締役社長 長井 敏哉



池松機工では2027年までの喫煙率目標を熊本県平均30%以下として取り組んでいます。今回は、禁煙成功者にその秘訣を聞きました。



禁煙期間 5年
喫煙期間 13年
20歳から換算☆

禁煙チャレンジ回数 1回目
過去の喫煙量 15本程度 (1日)

「全部捨てる」は決意ですね。でもコンビニで買えますよね
捨てたのに買わないって決めてました。食事した後が一番吸いたくなるんですけど、飴やガムで代用。最初の1カ月が特に辛かったです。



禁断症状は？

夜眠れなかった。寝つきが悪い。あと、少し落ち着きがなくなるとか。そういう時もガムを食べていました。

タバコの変わりに始めたことは？

運動を始めました。タバコやめて実際に太った人もいて。太りたくなくて、大津町のジムや自宅でトレーニングした結果、10キロ痩せました。

自宅ではどんなことを？

ニンテンドースイッチの運動系。他はスクワット100回とかを基本毎日。食事制限も。おかわりは我慢。食事は3食とって、朝は必ずヨーグルトに青汁、豆乳、パンを食べてます。

今禁煙されて5年。吸いたくなることは？

全くないです。飲み会とかでもない。ただ、タバコって美味しいんです。でもその美味しさとリスクを比較して、別に吸わなくていいっていう感覚です。

良かったこと、悪かったことは？

体調いいです。風邪ひかないし、食べ物もおいしい。悪いことではないですがコミュニケーションツールだったので休憩とかの過ごし方は変わりました。

最後に禁煙成功の秘訣を教えてください

意志の強さ、健康面、あと金銭面の可視化。例えば1日1箱500円として、1カ月1.8万、1年18万、10年180万円。そういうメリットをスマホのメモに書き出しました。壁に貼ってもいいですし。禁煙後の良いイメージを持つことが卒煙に繋がったと思います。

禁煙成功のポイント

1. 意志の強さ
2. 健康維持
3. 金銭面の可視化



撮影協力：大津町運動公園 総合体育館トレーニングルーム Photo by M. A.

お知らせ

健康レシピ

簡単♪健康的♪なレシピを「事務所タイムカード下」「業務掲示板(処理出室)」に置いています。

ご自由にお取りください



裏
材料
作り方
ポイント

料理名
完成写真

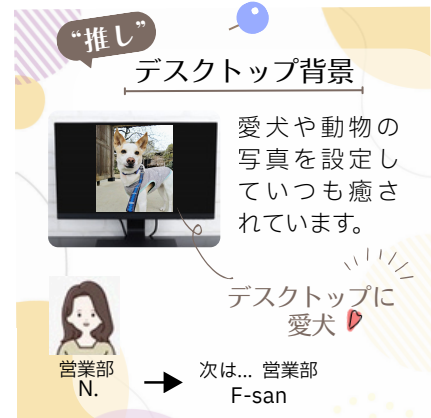
表

表

表

表

表



10.3

美化作業を行いました



44回目の美化作業を行いました。今回は小雨のため、少し短い作業時間となりましたが、ゴミ拾いや除草を

行い、数本の空き缶やペットボトル等を回収。日頃の環境美化への意識の高さを感じました。

10.15

矢部高等学校 工場見学会

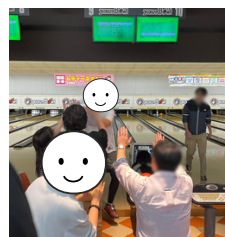


矢部高校より42名が訪れました。長井社長を筆頭に次長2名と課長の4班に分かれ工場内を案内。次長1名が卒業生という

こともあって長めの質疑応答となり、「説明もわかりやすく、進路のことも知れた」などの感想も聞かれました。

10.19

スポレクボーリング大会参加



菊陽ボウルで大津町企業連絡協議会主催スポレク大会が行われ、池松機工7名含む約160名が参加。10位になった参加者の

1名は「他企業の方々と親睦を深めることができ、楽しくプレーできてとても充実した時間でした」と喜んでいました。

HEALTH AND PRODUCTIVITY MANAGEMENT

健康経営

『社内健康セミナー2』開催

10月中旬、大会議室で「健康セミナー」を開催。講師に熊本県総合保健センターの保健師と管理栄養士の先生をお招きしました。

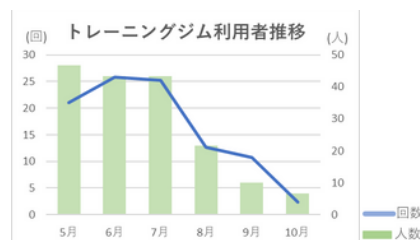


テーマは①睡眠、②エイジフレンドリー。受講後「睡眠の重要性がよくわかった」「高齢者に配慮した環境がもっと必要だと感じた」など多くの声が聞かれました。

スポーツ 支援

健康増進を目的として大津町スポーツ施設利用やサークル活動への支援を行っています。

9・10月の利用者累計のべ 10人 22回



大津町総合体育館 利用可能日

メインアリーナ 12月13日(土)～1月18日(日)
サブアリーナ ～12月3日(水)まで
変更等は大津町運動公園HPをご確認ください

環境経営

ENVIRONMENTAL MANAGEMENT

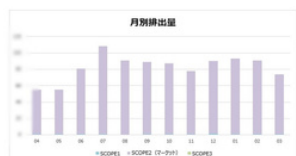
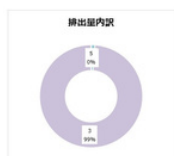
CO2排出量レポート

企業名	株式会社 池松機工
拠点名	全部
出力年月	2024/04 ~ 2025/03

計算式: 基準値 - SCOPE1 - SCOPE2 - ネットワーク

削減率 (Scope1,2,3) = 0.000

削減率 (Scope1,2,3) = 1000.000



炭削くん「CO2排出量レポート」
2025年度4月～9月の半年間分です。

ちなみに、スコープ1は燃焼（ガソリンなど）、スコープ2は電気など、そしてスコープ3は自社の製品にない商品に関連して個人が排出した温室効果ガスのことです。