



## 勤労福祉ニュース

「株式会社は誰のものか？」等の議論は経営学者たちが長年考えているテーマである。この質問を初めて聞いたとき、私は「株主のものじゃない？資金を出しているのは株主だし」と思った。

経営学者にも様々な見解があるが、驚く程に、周りにいる人の意見とその理由はバラバラだった。「お客様のものである」「従業員のものである」「社長のものである」「公器であるからみんなのものである」「従業員の家族のものである」等々。また株式会社ではなく他の法人形態の営利組織、NPO、行政組織等でも意見はバラバラである。

似たような議論のテーマに「あなたのお客様は誰ですか？」というものがある。「当社の商品を購入してくれているお客様に決まっているのではないか」というご意見が多そうに感じるが、これも意外と意見が分かれる。代表的な別意見としては「自分が会社組織に勤めている場合には、お客様は自社の社長。なぜなら社長がお給料をくれるから。その上で、社長のお客様は当社の商品を購入してくれるお客様」という意見。もちろん他の意見と他の理由もたくさんある。

どちらの議論にも正解はない。自分の立ち位置から見た時の「最適解」を探すしかない。上記の議論も、仕事を含めた私たちの日々の生活も、正解はない。戦後から高度経済成長期、バブル期、その後の不況期を生きてきた、それぞれの時期で、親や学校、地域等で、広い意味での教育を受けてきた私たちは、正解を求めがちである。自分の意見や軸を持ちながら、多様な人の意見に耳を傾ける。その上で自分なりの最適解を見つけていくことがこれからの時代に求められていることではないだろうか。



# トレーナーからの健康アドバイス

## ～冬のウイルス対策～

ここ最近、『風邪を引いてしまった』という声がよく聞きます。特に1月は空気が乾燥して、身体の中にウイルスが入りやすくなっているので、予防がとても大切です。日常生活の中で心掛けるようにしてみましょう。

### ・継続的な運動を心がける

免疫力を高めるには、適度な運動がとても効果的です。なぜなら、体内にウイルスが侵入してきたときに体を守る白血球＝免疫細胞が、運動することによってより活発に働くようになるからです。子どもの頃、身体が弱かったのでスポーツを始めたら、不思議に風邪をひかなくなったなどの話をよく耳にしたかと思います。



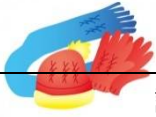
### ・体温を上げる

体温は免疫力を大きく左右します。昔から「冷えは万病のもと」といって、体が冷えるのは悪いことと言われてきました。実は、風邪をひいたとき熱が出るのも、体温を上げて免疫力を上げようとする防衛反応といわれています。

### ☆ 免疫力を高める9個の食材

- ・ 緑茶 ・ 唐辛子 ・ ショウガ ・ ブルーベリー ・ サツマイモ
- ・ トマト ・ イチジク ・ キノコ類 ・ ザクロ





平成27年3月開催講座予定（2月1日から受付開始）



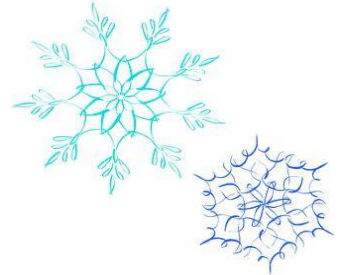
講座名	日 程
元気のでるパソコン教室	3月4日・11日・18日・25日（水） 午後2時～4時 （全4回）
体に優しい健康料理教室	3月8日（日） 午後1時～4時
就労支援パソコン教室	3月8日・15日（日） 午後6時30分～8時30分 （全2回）
着付け教室	3月12日・26日（木） 午前10時～午後12時、午後2時～4時、午後6時～8時（3部制）
手ごねでふっくらパン教室	3月13日（金） 午前10時～午後12時30分、午後1時30分～4時（2部制）
楽しさ一杯のお菓子教室	3月14日（土） 午前10時～午後12時30分、午後1時～3時30分（2部制）
やさしい日常英会話	3月14日・28日（土） 午後2時～4時 （全2回）
女性のためのDIY教室	3月14日（土） 午後1時～5時
日本料理教室	3月21日（土） 午前11時30分～午後2時30分、午後4時～7時（2部制）
ライフプラン講座	3月21日（土） 午後2時～4時
ねりまタウンコンサート	3月23日（月） 午後7時開演

申込順により定員となってしまった場合は、ご了承ください。

毎月の予定は、各会館に配布されるチラシ、ホームページ、ねりま区報等でご確認ください。

2月は下記の予定で事業を行っております。詳細はお問い合わせください。

- 元気のでるパソコン教室 2/4・2/11・2/18・2/25（水）
- 労務管理実務講習会 2/5（木）
- 体に優しい健康料理教室 2/8（日）
- 就労支援パソコン教室 2/8・2/15（日）
- 着付け教室 2/12・2/26（木）
- 春闘期の情勢講座 2/12・2/19・2/26（木）
- 手ごねでふっくらパン教室 2/13（金）
- 楽しさ一杯のお菓子教室 2/14（土）
- やさしい日常英会話 2/14・2/28（土）
- 日本料理教室 2/21（土）
- ライフプラン講座 2/21（土）
- 健康セミナー 2/23（月）
- 知って役立つ労働法 2/27（金）





## 図書コーナーからのお知らせ

最近追加された本です。



図 書 名	著 者 名
裁判長！これで執行猶予は甘くないですか	北尾 トロ 著
自分をわかってあげる自己愛心理学	高橋 美保 著
愛されてお金持ちになる魔法の言葉	佐藤 富雄 著
ネットで月収1000万円！情報起業の不思議な稼ぎ方	室賀 博之・菅野 一勢 著
ブログの達人がこっそり教えるお金の儲け方	佐々木 祐二 著
うかる！行政書士 勉強法の王道	伊藤 真・志水 伸輔・伊藤塾 編
栢木先生のITパスポート試験教室	栢木 厚 著
栢木先生の基本情報技術者教室	栢木 厚 著
1回で受かる！ITパスポート合格テキスト	藤川 美香子 著
発信 あざみの文化	廣野 孝 著
夢幻飛行	菊地 富美子 著
新月の木	佐藤 南壬子 著

### ～ミニ歳時記～

バレンタインデーは、3世紀にローマで殉職した司祭バレンタインに由来する記念日です。当時の皇帝は強兵策として若者の結婚を禁止していました。これに反対したバレンタインは密かに結婚式を行い、その罪で処刑されたのです。

のちにバレンタインは愛の守護神とみなされ、殉職した2月14日がバレンタインデーになりました。



わが日本では今や2月の大イベントとなったバレンタインデー。女性から男性にチョコレートを渡して愛の告白をするのは、実は日本独特のもので、欧米では男性から女性へ花束をプレゼントしたりカードを贈ったりするのが一般的です。

いまや女性の方からプロポーズしたり肉食系女子がすっかり定着してきましたが、男性が草食化してきている現在では逆に男性から女性にプレゼントするというスタイルでもいいかもしれませんね。

### ★労働相談★

職場のトラブル、就業規則、退職トラブルなどお悩みはありませんか？

勤労福祉会館では、労働相談を随時お受け致しております。

相談を受けるには、相談希望日の1週間前までに、電話でお申し込み下さい。

その後、相談日時・時間等を調整の上、折り返しご連絡させていただきます。

編集発行：練馬区立勤労福祉会館

〒178-0063 練馬区東大泉5-40-36

TEL 03-3923-5511

ホームページ <http://n-kinrou.info/>

指定管理者：NPO法人 練馬区障害者福祉推進機構



# 勤労福祉会館 館だより

平成27年2・3月号  
(1/20発行)



開館時間：午前9時～午後10時  
休館日：12月29日～1月3日  
(館内清掃のため臨時休館することがございます)



## 臨時休館日のご案内

3月30日(月)は全館定期清掃のため、休館させていただきます。

### ～た・び・だ・ち～

月日の流れは早いもので、そろそろ梅の花の便りも聞こえてくる頃でしょうか。私たち職員も当初より随分とメンバー変更がありました。家族の転勤や障がい克服し復職したものなど様々ですが、その立ち上げの時から3年間、障がいを抱えながらも会館の職員として勤めていた方がいたのですが、この春にも結婚するというのを聞きました。とても嬉しい知らせです。

当初は、時間管理・体調管理がとても難しそうに見えましたが、細かい仕事も一生懸命に取り組んでいました。会館での経験が大いに役立ったようで、当館を卒業した後も立派に働いていたようです。辞めていく人の多い中、職を得ることで自立し、体験を通して学び、自分一人でなくお互い関わりを持って生活することを学ぶ。ひとつひとつ障害を乗り越え、自分を見失うことなく頑張ってきたことはまさに、私たちの目指すところでもあり、本人の努力があったからこそだと思います。

これからも仕事・家庭・健康とバランスを大切に前進していってくださることを心から願います。

### 年頭に・・・



上記写真は品川駅あたりのビルに見間違えてしまいましたが、じつは年初に当館の屋上から大泉学園駅に建設中のビルを写したものです。この日の空気は冷たく澄んでいて、まるで会館に隣接しているかのように見えます。地上27階のビルが建ち、ここ数年で駅周辺や街並みも大きく変わろうとしています。世の中の動きにも耳を傾け変化を見逃さないようにしていきたいものです。(右は富士山が写っているはずなのですが残念ながら見えません)

今年の勤労福祉会館は、受付においては干支の『ひつじ』のようにやさしく、事業では就労支援など勇気と希望が持てるような内容へと工夫をしていきます。今年度も各自アイデアを活かし明るい会館を目指していきます。

