

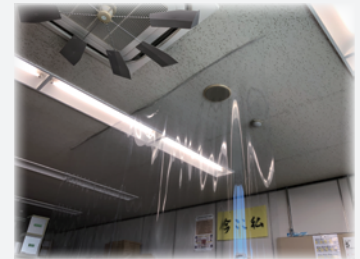
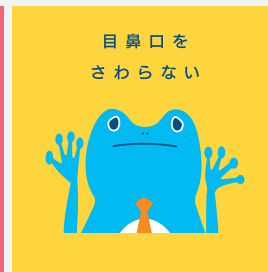
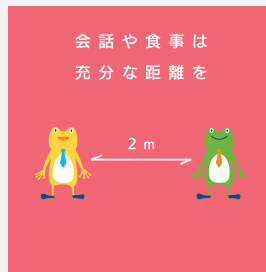
## 新しい生活様式

一人ひとりができる基本的な感染対策

with CORONA



新型コロナウイルスの出現に伴い、飛沫感染や接触感染、さらには近距離での会話への対策をこれまで以上に取り入れた生活様式を実践していく必要があります。愛知県下ではすでに新型コロナウイルスの緊急事態宣言が解除され、全国的にも自粛要請が緩和されていっておりますが、新しい生活様式をしっかりと意識し、自らを感染から守るだけでなく周囲に感染を拡大させないよう一人ひとりの心がけがとても重要です。



働き方の新しいスタイル … テレワークやローテーション勤務、オンライン会議、時差通勤

飛沫感染防止には、透明パネルやビニールシートの設置を！！

## 出来ることから

森 直樹 (代表取締役社長)



日中マスクを付けていることによりやく慣れてきたところですが、本社周辺の状況としては愛知県が非常事態宣言が解除されたとはいえ、いつかまたこの状況が急変するかもしれないような不安感があります。そして東京オフィスのメンバーはご存知のように東京都が宣言解除されておらず、まだしばらくこれまで同様に在宅勤務を続けております。これまでの生活様式を変えたことで不便に感じることもあれば、また業種業界によっては非常に苦しい環境に追い込まれている方もおられます。そういった意味ではストレスを感じることも多く、また人との面談、そして我々は製造と関わる仕事である以上現物を前にしてお互い話し合うということも気軽に出来ないこの状況は、単純にもどかしい部分があります。幸いにして弊社は感染対策品になる商材があるため、その部分ではいつも以上に忙しくしている反面、これまでの仕事の減少、また状況が改善されてからの、これからのことについては先の見えない不安があります。ただそういったこの環境を悲観している時間はありません。いま出来ることを積み上げていきましょう。そしてこれからすべきことに対しても着実に取り組んでいくこと、また悲観する中であっても、自分なりに心を軽くする時間を作るのも大切です。運動や読書、映画鑑賞、料理、そして自宅の片付け…と普段も出来ることですが、いま改めてこういったことを行うことで新しい発見が出てくることを実感しております。このような状況下で弊社従業員全員が健康であること、また日々健康維持のための配慮を継続している皆さんに感謝しております。気候は夏がすぐそこまで来ております、体調管理にはより注意し、日々過ごしていきましょう！

## アベノマスク届かないけど

村田 恒夫 (総務部)



新型コロナウイルスの影響で休業を余儀なくされる企業に対し、社員を休業させた場合に賃金の支払いを補助する「雇用調整助成金」がありますが、助成金を申請するための書類の記載項目が多く、添付書類も膨大、加えて、手続きが煩雑であるが故に、労働局の窓口が大混雑をしているというニュースを見ました。事業者の中には、長時間待たされ書類の不備があり何度も再提出するケースもあるとのこと。私も、ゴールデンウィーク前(4/28)に、中小企業振興会館に新型コロナウイルス感染症対策としてのセフティネット保証4号にかかる特定中小企業者の認定申請に行きましたが、多少の待ち時間は覚悟していたのですが、4時間待ちでした。一旦、会社に戻り仕事をして再度出向くことにしました。実際の申請(面談)の手続き時間は15分ぐらいでした。後日(5/1)14:00に認定書の受取に行きましたが待ち時間はなく受け取ることが出来ました。隣では他の事業者が申請の受付をしていましたが、8時間待ちと言われ、何度も8時間ですか?と聞き直していました(8時間後は22:00)。何時まで手続きの対応をしているのかな?テレビのニュースからの一方通行の情報だけではなく、実際に現場(中小企業振興会館)に行くことにより、遅くまで手続きの対応をしている職員の方がいる現状も知ることが出来ました。安倍首相は、新型コロナの感染拡大による世界経済の現状を「リーマン・ショックと比較にならない、100年に一度の危機」と表現していましたが、言葉だけではなく、事業者の厳しい状況を考え、スピード感を持って行動してほしいと感じました。小さい話ですが、村田家(稲沢)には、まだ、アベノマスク届いていません(5/15現在)。

## 動画配信サービス

伊東 義弥 (特販部)



今年の1月末より全世界を騒がせている新型コロナウイルスによって大なり小なり影響を受けている方が大半だと思います。私自身も新型コロナの影響により、出張に行けなくなってしまい、お客様との細かい打ち合わせや商品開発、現物を確認しながらの商品仕様打ち合わせなどが困難になり、四苦八苦しております。また、4月第2週~5月6日まで、在宅勤務を実施しておりました。在宅期間中は、はじめはオン・オフの切り替えが非常に曖昧で難しく土日休みなのか仕事なのかわからなくなっておりました。休日外に出かけられないため、家でやること、できることも限られてきます。そこで、どうせずっと家の中にいなくてはいけないのならと、最近よく耳にする動画配信サービスを使うことにしました。ユーネクストやアマゾンプライム、Netflixなど現在はたくさんの動画配信サービスを行っている会社がありとても迷いましたが、我が家ではNetflixにすることにしました。Netflixは、世界に加入者が6500万人いる有料の動画配信サービスです。月々の値段は3つのプランによって異なりますが、一番高いので1,450円/月です。欧米の加入者が多く海外のテレビドラマや映画はものすごく充実しています。また多重音声対応の作品が多く、日本語吹き替えも充実しています。それに加えキッズ向けアニメの数も多いためNetflixに決めました。私が幼少期に見ていたアニメもたくさんあり、家族みんなで楽しんでいます。自宅待機要請で外に遊びに行けずうんざりしてしまっている方は、動画配信サービスを楽しむのもよいと思いました。皆様、コロナに負けず頑張りましょう!!

## オンライン飲み会

河嶋 桂子 (東京オフィス)



2020年は、東京オリンピック開催の記念すべき一年になるはずでしたが、新型コロナウイルスの忘れられない、忘れてはならない年となっております。弊社東京オフィスも、現時点メンバー全員在宅勤務をさせていただいております。この文章が掲載される時は、収束の兆しが見えてきているのでしょうか…そうなる事を願うばかりです。ただいまのコロナ禍では、三密を避ける、外出自粛という事で、飲食店を訪れるということがなかなか出来ない状況ですが、そういった中で、友人や同僚とオンラインで繋がって、一緒に食べたり、飲んだりする機会が多くなってきているようです。このインターネットを通じて他の人と一緒に食べ飲みするスタイルは、シンプルにオンライン飲み会と言われたり、アプリケーションの名前から Zoom 飲み会などと言われています。我が家も夫は週に3回ほど、そのうちの1回に私も加わってオンライン飲み会をやっていますが、これが結構楽しいです。初めのうちは、食べにくかったり、画面の前から席を外しにくかったりしましたが、会を重ねるごとに、ガッツリ食べて、お酒が足らなくなれば、冷蔵庫まで取りにいき、インターホンが鳴れば離席してと日常の中で飲み会をしています。楽しみ方は、それぞれですが、1時間で終了するのがオススメです。やはりどうしても大きな声になりがちですし、相手の声を聴くために使う集中力も対面より必要なので、短時間がいい感じですね。あとグラスや食器を普段より少しオシャレにしたり、惣菜を利用して楽しんだり、お酒を選びも楽しんだりして、素敵なお酒のひとときとなっています。メンバーには、大阪の方もいて遠方の人と繋がれるのも良いです。このオンライン飲み会は、お酒の飲めない人も楽しんで、また自分のペースで好きなお酒が飲めて、また意外な好みがわかり、費用も公平などの優れた点もあると言われています。ただ、通常の飲み会同様に無理に誘わない、プライベートを詮索しない、途中参加や退室を自由にするなどの配慮もあるとより楽しめます。とはいえ、やはり飲食店でみんなの顔を見ながら、思いっきり笑って、喋ってひとときを過ごしたいです。早くそんな日常が戻ってきますように！

## ついに

橋野 徳明 (製造部)



ずっと前から普通乗用車に変えたい、でも今の車にも愛着があるので手放したくないと悩んでいましたが、遂に車を乗り換える事に決めました。年を考えると最後の車になりそうなので慎重に車種を選んでいきます。独身の頃はこんなに悩んだこともなく変えたいと思うとすぐ変えていた気がします。そのたびに保証人になる親父は「またか」と言われ事を思い出します。親父も車が好きで小学生の頃から鈴鹿サーキットにレースを観に連れて行かされました。(昔はコースの周りに観客席はなくただの山でメインスタンドあるだけでした。もちろんコースも今とは違います。)そのせいか車が好きになり僕は18歳(高校生)になるとすぐ免許を取り、車を購入。親父の知り合いの解体屋で安く譲って貰ったトヨタコロナ1800SL(2ドアクーペ)を乗り(エアコンが助手席のグローボックスの所にあり、カセットは8トラでした)、その後、日産スカイラインR31(4ドアハードトップGTターボ)、成人式に合わせて中古の日産フェアレディZ31(300ZXターボ2by2)、連れのマークIIがカッコ良く見えてトヨタマークII70(GTツインターボ)をディーラーの営業マンに「ZとマークIIのツインターボとどっちが速い」と聞いたら「ツインターボの方が速いです」と言うので試乗もせずに買う。騙された。ここまでで返済額が莫大になり、軽・スズキアルトエポF6Aに変え返済していく。返済後、日産レパードF31前期(レパードと言え、あぶない刑事)、日産フェアレディZ32(300ZX NA 2by2)、トヨタマークII80(グランデ)と結婚をする前は乗りたい車に乗ってきました。結婚をすると、今の車を買う時も奥さんを口説くのに苦労しましたが今回も苦労しました。でも変えるのは今年の12月に車検を受けたので2年後です。今は何にするか探しているのが楽しいです。

# ウイルスに負けるな！免疫力 UP!



## 適度な運動で免疫力アップ

少しきつい程度の運動には、血流を増やす効果があります。すると、免疫細胞が作られる骨髄への血流量が増え、免疫力アップにつながります。ただし、過度な運動は逆効果。筋肉を修復するために免疫細胞が筋肉に集中し、ウイルスや細菌を撃退する力が低下してしまいます。



## 食べ物で免疫力アップ



### ① きのこ

きのこに豊富に含まれるβ-グルカンには、免疫細胞に刺激を与えて活性化させる効果があります。なかでも、マイタケはMDフラクシオンという成分も含まれていて免疫力アップにうってつけ。きのこの栄養素は水溶性のものが多く、免疫力アップの効果を高めるには、汁ごと摂取できる味噌汁などの料理がオススメです。

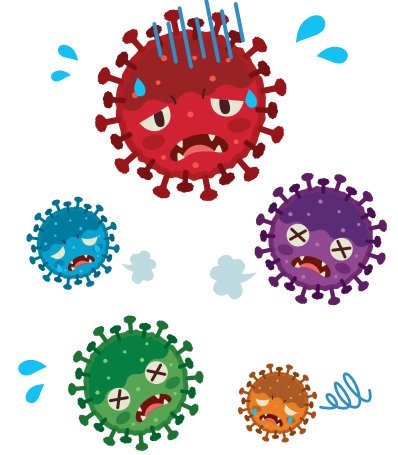
### ② 生姜

生姜を加熱すると、免疫力を向上させるショウガオールという成分が生成されます。



### ③ ヨーグルト

ヨーグルトで乳酸菌を摂取すると、免疫細胞が集まる腸内環境が正常になります。すると、免疫細胞が活性化して免疫力アップにつながります。ヨーグルトの乳酸菌は胃酸に弱いので、胃酸が落ち着く食後に食べるのがオススメ。（※製品により異なります）さらに、ヨーグルトにハチミツを加えると、ハチミツのオリゴ糖が乳酸菌の働きを助けてくれます。



## 免疫力低下の原因「ストレス」を解消する方法

ストレスを感じると、免疫細胞を抑制するホルモンが分泌されて免疫力低下の原因になります。家にいるとどうしてもストレスが溜まりがちですが、そんなときにオススメなのが泣く事。泣くと、リラックスしている時と同じ副交感神経が優位な状態になり、脳が癒されて精神的なストレスが解消されます。さらに、その効果はおおよそ1週間続くので、後から来るストレスにも強くなります。また、泣く以外に笑うのもオススメ。笑う事でリラックス状態になり、ストレスホルモンの分泌量が低下します。

## DIY DAY

大脇 勝治 (製造部)



ゴールデンウィーク中、コロナ対策として外出はスーパーに買い物に行く程度で、ほぼ家の中で掃除やゲームをする日々が続いていました。小さなアパートなので収納も少なく、日頃から色々と不便だなと思うこともあり棚でも作るかと思い立ち、カインズホームへと向かいました。途中まではスムーズに進んだ道のりも、店の近くでは渋滞が。カインズ渋滞です。店の中もすごい人で考える事は同じか…などと思いつつ買い物をスタート。お目当の材料を揃え、店内で加工後帰宅。組み立ては30分程度で完成。思いのほかイ感じに仕上がったので、それっぽい飾りが無いかダイソーへ向かいました。こんなに外出してても良いものなのかと思いつつも衝動には勝てず1時間弱滞在。もっと居れるかと思うくらいしばらくいかない間に色々な商品が増えていました。帰宅後、無駄に買ったカゴや飾りを添えて完成。結構お金は使ってしまったのですが、満足な一日になりました。



# 特別定額給付金のご案内

お一人、10万円の給付です。

申請手続きで皆様が記載する事項を最小限にしています。

誰に？

令和2年4月27日現在で住民基本台帳に記録されている方

いつから？

申請の受付開始日は市区町村ごとに決定し、

できるだけ早く申請書を郵送します。

申請は受付開始日から3か月以内に行ってください。

どうやって申し込む？

市区町村が申請書に皆様の氏名や生年月日を記載し、郵送します。

感染拡大防止のため、郵送やオンラインでの申請をお願いします。

郵送申請

申請書に振込先口座などを記入して、  
必要書類とともに市区町村に返送ください。

オンライン  
申請

マイナンバーカードをお持ちの方は、  
マイナポータルサイトからオンラインで申請できます。

- 世帯ごとに、記入いただいた口座に振り込みます。
- 口座をお持ちでない方は、必要書類を持って市区町村の窓口にお越しください。窓口で給付します。

▶詳しくは、以下のURLまたはQRコードから

<https://kyufukin.soumu.go.jp>



▶お問合せ先は、こちら（特別定額給付金コールセンター）

**0120-260020**（フリーダイヤル 応答時間帯：5/2以降平日、休日問わず9:00～18:30）

**03-5638-5855**（応答時間帯：5/1まで、平日9:00～18:30）

## サギ（詐欺）に注意！！

「手伝う」とかたって、皆様の大事な財産を奪おうとする者がいます。  
給付金に関連して、国や市区町村が以下のようなことをすることは

**【絶対に】ありません。**

- 現金自動預払機（ATM）の操作をお願いすること
- 受給にあたり、手数料の振込みを求めること

不審なメールは、URLをクリックしたり、添付ファイルを開かないでください。

「怪しいな？」と思ったら遠慮なくご相談ください

- ▶お住まいの市区町村
- ▶お近くの警察署
- ▶警察相談専用電話「#9110」
- ▶消費者ホットライン「188」
- ▶新型コロナウイルス給付金関連消費者ホットライン「0120-213-188」（5/1以降）
- （局番なしの3桁）

# よくあるご質問

## マイナンバーカードがないとオンライン申請はできませんか？

オンライン申請にはマイナンバーカードが必要です。  
マイナンバーカードをお持ちでない方は郵送申請をお願いします。

## DV被害で、住んでいる市区町村と住民票の市区町村が異なります。どうすればいいですか？

給付を受けるため、できる限り早く、今お住まいの市区町村に、DVなどを理由に避難していることを申し出て、確認を受けてください。  
詳しくは、その市区町村におたずねください。

## 外国人にも給付されますか？

令和2年4月27日現在の住民基本台帳に記録されている方なら外国人の方にも給付されます。  
なお、外国人の方のうち、短期滞在者と不法滞在者は住民基本台帳に記録されていないため、給付されません。

## 申請書以外に準備すべき書類はありますか？

申請方式により、以下の書類が必要となります。

### 郵送方式

#### ①本人確認書類

マイナンバーカード、運転免許証、健康保険証等の写し

#### ②振込先口座確認書類

金融機関名、口座番号、口座名義人が分かる通帳やキャッシュカード、インターネットバンキングの画面の写し  
(水道料引き落とし等に使用している受給権者名義の口座である場合には不要)

### オンライン申請方式

#### ②振込先口座確認書類

※マイナンバーカードを持っている方は、電子署名により本人確認を実施するので、①本人確認書類は不要です。

詳しくはこちら

特別定額給付金  
コールセンター

**0120-260020**

(5月2日以降)

**03-5638-5855** (5月1日まで)



首相官邸

Prime Minister's Office of Japan



総務省

Ministry of Internal Affairs and Communications