

# Working



取締役の山田章夫さん

**働きたくなる雰囲気作り**  
 働くアルバイトスタッフの特徴は、アルバイトは全員大学生で、夕方からのシフトに入ってもらっています。仕事内容はホールスタッフ。30人が在籍し、学業と両立できるようにシフトを工夫しな

## 職場環境 改善Now

株式会社ジェイコーポレーション

取締役 山田 章夫さん

「働きたくなる雰囲気作り」  
 働きたくなる雰囲気作りには、働きやすさ向上のため、何をしていますか。  
 学生アルバイトと年が近い20〜30代の社員が気を配り、活気があって和気あいあいとした雰囲気を作っています。和気あいあいと言っても、メリハリがあります。仕事上では厳しく接することもありますが、学生が社員に悩みを打ち明けやすい関係づくりをしています。また、学生のモチベーションが上がるような仕組みもいくつか用意しています。例えば、希望者にはお好み焼きの焼き方を教え、調理

補助の仕事をしてもらえるようにしています。他にも、学生に人気の高いお好み焼きのメニュー「五工門巻を贈り」として出しています。  
 その効果は、ほとんどの学生が卒業まで長く勤めています。また、最初はおとなしかった学生が次第に元気になるなど、店の明るい雰囲気が学生に良い影響を与えているようです。卒業と同時にアルバイトをやめるときには「働いてよかった」「社会勉強になった」と話す学生もいます。

### 企業情報 株式会社ジェイコーポレーション

平成6年5月創業。平成20年11月設立。  
 お好み焼き店・うまいもん屋「五工門」東広島店とステーキ「GOEMON」を経営。パリパリとした食感の麺が特徴のお好み焼きが自慢。社員が7人、パートが2人で、アルバイトが30人。



**新規創業者ら対象  
貸事務所の入居者募集**  
 コラボスクエアはサンスクエア東広島3階にある貸事務所の入居者を募集している。広さは8・33平方メートル。オフィスデスクやチェア、冷暖房などが整備されている。  
 使用料は月8000円。入居期間は7月1日から最長3年。  
 対象は▽新しく創業を検討している人▽会社設立から5年以内の個人事業主と企業▽新事業への進出を目指す個人事業主と企業。申し込み締め切りは5月31日。問い合わせ・申し込みはコラボスクエア082(493)8181へ。(小林)

サウィーフリー プレスネット  
 THE WEEKLY PRESSNET  
**ビジネス特集**  
**東広島 Magazine**  
**Business**

東広島のランチ情報は Jimo通+ で★  
**東広島ランチ情報**  
 店名と商品、価格はもちろん写真も掲載しており、コチラは随時更新中!!ぜひチェックしてみてください!  
 !!パソコンはコチラ http://www.jimo2.jp  
 ジモ通 検索

## なんとなく体が疲れる それって 五月病かも?

### 五月病 チェックポイント

各項目で1つでも当てはまるものがある人は五月病の可能性あり

- |           |   |
|-----------|---|
| <b>体</b>  | <input type="checkbox"/> 疲れやすい、疲れが取れない<br><input type="checkbox"/> 眠れない<br><input type="checkbox"/> 頭痛や胃痛がする        |
| <b>気分</b> | <input type="checkbox"/> いらいらする<br><input type="checkbox"/> すぐに落ち込む<br><input type="checkbox"/> 仕事や趣味をする気力がない       |
| <b>行動</b> | <input type="checkbox"/> 数が減った<br><input type="checkbox"/> 出掛けたなくなってきた<br><input type="checkbox"/> 上司や同僚と論になることが増えた |



五月病はGW明けごろから出てくる環境不適應感や疲れ、体の不調などの総称です。広島大学保健管理センターでも5月は学生や職員から相談が増えますが、その中には五月病と思われる人たちもいます。五月病は、4月に新しい環境で仕事を始めたり、休む間もなく働き続けた人が、GWの連休で、緊張が解けた後になりやすいのです。真面目な人や、4月だからと張り切って仕事をした人に起こりやすい、と言われる。

### 放っておくとうつ病の発症も

ゴールデンウィーク(GW)も終わり、仕事に熱が入らない、と感じている人はいませんか。もしかしらば五月病かもしれません。放っておくとうつ病を発症することもある五月病について、広島大学保健管理センターでこのころの相談を受け付けている岡本百合准教授に話を聞きました。(小林)

段階で、決して見過ごすことができません。症状の予防改善には、心身のリフレッシュが大切です。体を休めたり、趣味の時間を作ったりしながら気分をリフレッシュするように心掛けましょう。時間がない人は、職場で一人になって、仕事から離れる時間をつくる、「プチリフレッシュ」というリフレッシュ方法がおすすめです。コーヒーを飲む、屋上で一人になってボーっとするなどの時間を1分作るだけで効果が

### column



村山紀子 東広島市在住。マナーとコミュニケーションの講師。教室・企業研修、テレビやラジオの出演や監修など関西や広島を中心に活躍。ICF国際コーチ連盟認定コーチ。日本現代作法会総師範。東広島芸術文化ホールくら55で「タイプ別コミュニケーション」「コーチング(聞く・質問)」の教室を開講。

「聞く」に当たって事前  
 に知っておくことがあります。  
 まずは心構えです。相手の言いたいことを全部聞くぞ、という心構え。話すのは相手です。中斷しない、否定しない、指示しない、とにかく相手の言うことに関心と興味を持って聞きま

### ビジネスで役立つ「聞く」スキル 話を引き出す`座る位置、

最後に座る位置です。正面に向かい合うより、真横や斜めポジションが会話量を増やします。真横だと表情が見えないので、言いにくいことや打ち明け話なら相手はリラックスして話せます。斜めだと話し手も聞き手も集中することができます。  
 部下と面接するとき正面に座ると、威圧感を与えているかもしれません。90度の位置に座る方が部下にとっては何倍も話しやすいはず。