

月刊！大阪でんきレター

仕事に少し関係のあることから、まったく関係のないことまであなたにお届けします



今月のトピック

- ◆ 社長のひと一言
- ◆ 土曜日の営業・休業案内
- ◆ やってみました！
- ◆ 私流のステイホーム



社長のひと一言

超高齢化社会になっている国内の状況、医療・介護費用の削減が叫ばれている。今、フレイル予防は肝要ではないでしょうか？ 私たち大阪でんきに関わる皆さまには一人でも多く長生きして欲しいですし、後期高齢者を支える私たちも長生きしなければなりません。

世界が注目する新しい高齢化社会のあり方を見せる機会にもなります。新型コロナナともしなやかに生きていける私たち日本人は、それができる民族であると願います。

右のような要素が原因で、加齢も加え何らかのフレイルを発症するようになります。残念ですが特に今の時期は発症可能性の環境がそろっているように感じます。

健康寿命を平均寿命に近づける目標を持てば、先程の予防開始は75歳ではなく、すぐにでも開始した方が良く決まっています。現実的な話ですが、フレイルが出ない人はフレイルから要介護になった人に比べて介護費用が十分の二で済んだという分析も。

- ・身体 .. 歩行速度、口腔機能劣化、握力、ロコモ、サルコペニア
- ・精神 .. 食欲減退、認知機能低下、うつ
- ・社会性 .. 他人との触れ合い、趣味などへの関心

私も初見でしたが、フレイルとは健常と要介護の中間にある心身の虚弱した状態のことを言います。

これらは「フレイル」を予防するための取組です。厚生労働省は2020年から75歳以上の後期高齢者を対象に「フレイル診断」の実施に踏み切ります。

3密ではなく「3ない」をご存じですか？

「運動をしない」「しっかり食べない」「外出しない」



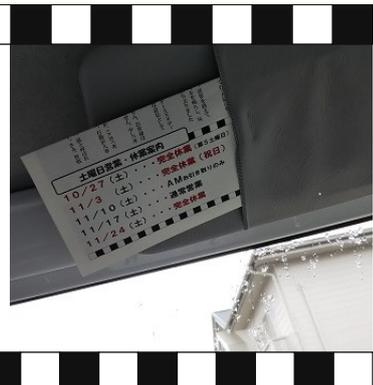
としたりう
山本 利太郎

土曜日の営業・休業案内

- 5 / 30 (土) . . . **完全休業**
- 6 / 6 (土) . . . **完全休業**
- 6 / 13 (土) . . . **完全休業**
- 6 / 20 (土) . . . **完全休業**
- 6 / 27 (土) . . . **完全休業**

63期より土曜日の営業は基本的に第3土曜日のみになります。6月は第三土曜も休業です

AMのお引き取りのみの対応もなくなりましたのでご注意ください。



やってみました！

最近、私の晩酌のお供は…、YouTube。むらたむのドラムの演奏をひたすら見てます、どうも原です。

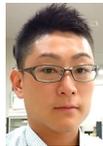
シン・ニホンという本の著者で安宅和人さんという方がいます。もう経歴の総合デパートみたいなものすごい経歴を持ったひとなんです。

その本の中で、GAF Aのようなプラットフォーマーが作ったものを使い倒して、新しい価値をつくれ。それがこれからの日本かやっていくべきことだ的なことが書かれてました。

そこで、「ほお、そうか、ではやってみよう」というわけで今ハヤリのZoom会議（飲み会）をやってみました。

これが思った以上に楽しいです。多分、音声だけの会議（飲み会）だと、それほどでもないと思いますが、動画があることで、つながっている感がぜんぜん違います。動画ってやっぱりすごいんだな～と思わされました。ぜひ一度やってみてください。

ただ、難点は飲み過ぎてしまうことです（笑）



原 良



左上：私、原です。基本的に聞くに徹してました。途中静止画的なことになってました。

右上：当社の福井健太郎さんです。やや、疲れ気味ですかね。

左下：(株)ライフサワダの沢田社長。誘えば必ず参加してくれるだろうと見込んできてもらいました。

右下：荒井電気管理事務所の荒井さん。主任技術者とコンタクトを取りたい方がいましたら、荒井さんを紹介しますよ。

私流のステイホーム！



新田 陽一

もともとインドア派なのであまり変わっていない。ビデオと本を読む回数が少し増えたかな。



福井 健太郎

Zoom飲み会、意外とハマっています。ただやり過ぎると、嫁の無言の圧力が（笑）



原 良

アマゾンプライムビデオを見倒す！朝から晩まで。GW中に20本は見ました。「女神の見えざる手」は絶対にオススメなのでぜひ！



吉田 英喜

料理。普段はほとんど料理しないのですが、嫁さんが仕事で自分が休みの日があり、晩御飯にサバ缶ハンバーグを作ってみました。



北村 真斗

子供と一緒にフォートナイトというゲームをしていました。子供と一緒に本気で遊べるものって改めて考えてみるとなかなかないのでゲームっていいもんだなぁと気付かされたステイホームでした。



加藤 敬

積みブラ崩しですね。先日やっとRGVガンダムを素組して軽く墨入れまでしました。まだMGユニコーンペルフェクティブリティに手を付けられない。

「月刊！大阪でんきレター」のご意見・ご感想を頂けると励みになります。

大阪電機商事(株) 金沢支店

金沢市示野中町2丁目100番地

TEL (076) 223-3541 FAX (076) 223-3932

hara@osakadenki.co.jp (担当：原)

