

41th

ANNIVERSARY

社内報「波紋」は、
7月で**41周年**を迎えました。

想いを繋ぎ、輪をひろげて。波紋はこれからも、皆様と共に歩んでいきます。

波紋

小さな一滴が、
やがて大きなつながりに。

新たな期を迎え

森 直樹 (社長)

以前にも増して先行きが見えなくなっていた中東情勢ですが、つい先日、米国とイランの間で戦闘終結に向けた覚書が交わされました。これにより、今後は沈静化へ向かうことを期待しますが、一旦上がった原材料価格が今後どうなるのか、非常に気になるところです。森松株式会社（70期）、森松産業（56期）、モーリン（44期）と、森松グループ3社は6月21日より新しい期を迎えました。私が入社したのは28年前の1998年です。その後すぐに先代の体調不良により代替わりし、社長となって現在に至ります。28年ということは4半世紀を超える年月です。振り返ってみると本当にさまざまなことがありましたが、2026年の現在ほど大きな変化のスピードを感じた時代はなかったと思います。AIの進化をはじめとして、宇宙開発、ロボットとAIの融合による「フィジカルAI」の発達など、この先も進化のスピードはさらに上がっていくでしょう。私自身、現在AIを毎日のように使い、少しずつですが、その可能性の大きさを体感しています。デスクワークの大部分はAIに置き換えられると思いますし、それをいち早く推し進めた企業は、そのメリットを十分に得ることができます。早ければ早いほど、そのメリットは大きいでしょう。そして次の段階では、多くの企業が同じようにAIを活用するようになり、逆に差がつかなくなる状況になると思います。そうすると、我々は機械化・AI化によって仕事が減る分、さらに新しい仕事を生み出していくこととなります。結局、人間同士が競争している限り、我々が楽のできる世界はやってこないのかもしれませんが、しかし、社会全体で見れば、一人ひとりが生み出すことのできる価値は右肩上がり増大していく、そんな未来を想像しています。我々もプラスチック業界において、その一端を担うことができるよう、進化し続ける企業を目指して精進してまいります。



初めての3日間連続有給休暇

光田 昭男（営業部）



有給休暇（年次有給休暇）とは、心身の疲労を回復し、ゆとりある生活を送るために法律で定められた労働者の正当な権利です。入社してから初めて、有給を連続で3日間いただきました。最近では、労働者にも権利があるという認識が広まり、当たり前のように連続休暇を取る人が増えています。しかし、私が若かった頃には考えられないことでした。当時は「休むこと=悪いこと」という文化がありました。働き方改革とやらの推進によって、ようやく休暇を取りやすくなったのだと思います。今ならパワハラとして訴えられそうな扱いを受けていたことを思い出します。例えば、子どもが生まれそうだったので、終礼の少し前に「帰ります」と言ったところ、「お前が生むわけじゃねえだろう」と言われたことがありました。確かにその通りかもしれませんが、当時の雇われ労働者には権利などないも同然だったのです。毎週月曜日は全体朝礼が7時30分から始まっていました。お客様との打ち合わせで月曜日に直行しようものなら、「お前は段取りひとつできんのか」とボロカスに怒られました。今では自由に直行でき、皆さん普通に休みも取っています。また、入社当時の土曜日は15時終礼だったのですが、15時の5分前になると「悪いけど、これを頼めるか」と作業を命じられることがしばしばありました。15時に仕事が終わる予定で約束をしていたのに、待ち合わせに間に合わない。携帯電話もなく、連絡も取れません。待ち合わせ場所で30分待ってもらい、それでも来なければ自宅に帰る——そんなルールを決めていたことを覚えています。まだまだお伝えしたいことはたくさんありますが、気が滅入るのでこの辺で終わります。今回の3日間は、しっかり楽しんできました。70歳過ぎのおじ様たちと軽井沢・嬬恋へゴルフ旅行に行き、最終日には草津温泉へ。白旗の湯の44度の源泉かけ流しの熱々の風呂に入り、「労働者の正当な権利」とやらを満喫してきました。同行したおじ様の中には、草津温泉に400回以上通っているという強者もおり、草津事情に非常に詳しく、まるでガイドのようにいろいろ案内していただきました。温泉街を散策していると、あちこちのお店の方と顔見知りで、次々と挨拶をされていました。次回は秋に行く予定です。おじ様方がこれからも健康でありますように！

通勤時間

河嶋 桂子（東京オフィス）



通勤時間はどの程度が適切なのかについての研究があると目にしました。米国の大学の研究では、「44分」が分岐点で、「一定の時間（44分）までは、通勤時間が長いほどストレスを減らせる」ということです。通勤は、リラックスや回復といったリフレッシュの時間として機能するという考え方です。面白いなと思いました。また、男性より女性の方が、さらに若年層の方が通勤ストレスの度合いは大きいそうです。ただ、通勤時間は長さだけではなく、質の面も見逃せません。混雑状況も大きく影響します。「混雑」を不快と感じる人の割合はコロナ前より増えており、通勤は特に混雑などコントロールが不可能な要因が多いため、その負担感から病気になる人もいるという研究結果もあります。確かに労働からは、達成感や成長感などを得ることで負担感を減らせますが、通勤はどうしようもありません。首都圏以外では大きな問題ではないかもしれませんが、在宅ワークなど働き方を柔軟に選べる時代がやってきている中で、通勤時間のあり方も質と量の両面から見直され始めていていると感じています。オフィスが変わった東京では、東新橋から東日本橋に移転したことで、個人的には電車に乗っている時間が約3倍になりました。いろいろ試しても行きの満員電車は避けられず、こちらは諦めています。帰りは一定の時間までに乗車すれば座れることが分かり、読書時間が増えました。週に1冊は読めるので、本屋で本を選んだり、図書館に通ったりして楽しんでいます。通勤時間をうまく使えるよう、これからも工夫していけたらと思っています。



自炊

清水 一輝（配送部）



私は最近、健康を意識するようになり、自炊を始めました。これまでは外食や出来合いのものに頼ることも多かったのですが、食生活を見直したいと思い、自分で料理を作ることに挑戦することにしました。自炊を始めたばかりの頃は、インターネットでレシピを調べて作っていたのですが、一品ごとに必要な材料を買っていると食材が余ってしまい、使い切れずに無駄にしてしまうことがありました。せっかく健康のために始めたのに、食材を捨てるが増えてしまい、どうすればよいのか悩んでいました。そこで私は、「1週間使い切り献立」という本を購入しました。この本には、1週間で食材を無駄なく使い切れるように献立が組まれており、本を見ながら料理をすることで、必要な食材や手順が分かりやすくなり、以前よりも効率よく料理ができるようになりました。また、料理は妻と一緒に作っています。最初は慣れない作業に戸惑うこともありましたが、妻と協力して作ることで楽しく続けることができています。一緒に作った料理を食べながら感想を話し合う時間も楽しく、料理を通して夫婦の会話が増えたこともうれしく感じています。本を使って料理を始めてから1カ月ほど経ちましたが、今のところ順調に続けることができています。食材を無駄なく使い切れることに達成感があり、自炊への苦手意識も少しずつなくなってきました。これからも健康的な食生活を続けるために、妻と協力しながら料理を楽しみ、無理のない範囲で自炊を続けていきたいと思っています。



五稜郭

西垣 浩司（製造部）



先月、家族で北海道にいる息子に会いに行き、函館（五稜郭）をはじめ、いろいろな場所を訪れてきました。以前にも行ったことがあるのですが、その時は最悪の大雨でした。今回はまあまあの快晴で、気持ちよく観光することができました。五稜郭タワーには入場チケットが必要ですが、コンビニで事前にチケットを購入しておくことで、そのままエレベーター前に並ぶことができ、混雑の列に並ぶことなくスムーズに見学することができました。館内にはブロンズ座像（土方歳三之像）が展示されています。フロックコートにブーツ、腰に刀を差した洋装姿の土方歳三が椅子に座っている、一般的によく知られている写真をもとに、2年の歳月をかけて制作されたブロンズ座像（像本体135cm、台座50cm）です。函館の観光振興につながる記念として、その生涯が多くの人の共感を得ている新選組副長・土方歳三にちなみ、五稜郭にもゆかりの深い人物として建立されたと言われています。（ちなみに、土方歳三像のミニチュアレプリカは通販でも購入できます。）また、「さわれる模型」は、視覚に障がいのある方でも五稜郭の美しい星形やタワーのユニークなデザインを触って体感することができます。五稜郭復元模型（1/250）は当時の姿を正確に再現しており、現在の姿との違いを比較することもできます。2024年に公開された『名探偵コナン 100万ドルの五稜星』でも知られていると思いますが、実際に訪れて分かったことは、聖地巡礼で外せない場所が数多くあるということです。五稜郭公園や展望台からの眺めなど見どころがたくさんあり、最後に函館山から夜景を見下ろした瞬間は、映画のラストシーンと重なるような感動がありました。とてもリフレッシュできた旅行になりました。

暑い季節も
おいしく食べて
元気に乗り切ろう!

食べて整える夏ごはん

暑い日が続く、「食欲がわかない」「なんとなくだるい」「疲れが取れない」と感じることはありませんか？
夏バテの原因のひとつは、暑さによる食欲低下や栄養バランスの乱れです。
今月は、手軽に作れて栄養もしっかり摂れる「夏ごはん」をご紹介します。

さっぱりなのに、やみつき!

豚しゃぶ梅おろしそうめん

梅の酸味と
香味だれで
食欲アップ!



POINT

- ✓ ビタミンB1(豚肉)で疲労回復をサポート!
- ✓ クエン酸(梅・レモン)で食欲アップ&疲れに◎
- ✓ 香味野菜でさっぱり食べやすい♪

材料(1人分)

- ・そうめん …… 100g
- ・豚しゃぶ肉 …… 80g
- ・大根おろし …… 適量
- ・梅干し …… 1個
- ・大葉 …… 3枚
- ・小ねぎ …… 適量
- ・白ごま …… 小さじ1

香味だれ

- ・めんつゆ(2倍濃縮) …… 大さじ2
- ・ごま油 …… 小さじ1/2
- ・おろししょうが …… 小さじ1/2
- ・レモン汁 …… 小さじ1
- ・白いりごま …… 小さじ1

作り方

1. そうめんをたっぷりの湯で茹で、冷水でしっかりしめて水気を切る。
2. 豚肉をさっと茹でて冷水に取り、水気を切る。
3. 梅干しは種を除いてたたき、大葉はせん切り、小ねぎは小口切りにする。
4. ボウルに【香味だれ】の材料を混ぜ合わせる。
5. 器にそうめんを盛り、豚肉、大根おろし、梅干し、大葉、小ねぎ、白ごまをのせる。
6. 食べる直前に④のたれをかけて完成!

さらにおいしく!

- ・ラー油やみょうがをトッピングすると、さっぱり感と香りがさらにアップ♪

10分で完成! 旨みたっぷり♪

サバ缶とトマトの冷やしごまだれ丼



ごまのkokと
サバの旨みで
満足感◎!



POINT

- ✓ DHA・EPA(サバ缶)で血流サラサラ&脳の健康に!
- ✓ リコピン(トマト)で抗酸化作用&美肌効果も!
- ✓ 良質なたんぱく質で夏バテ予防に!

材料(1人分)

- ・ご飯 …… 200g
- ・サバ水煮缶 …… 1/2缶
- ・トマト …… 1個(約150g)
- ・大葉 …… 3枚
- ・みょうが(お好みで) …… 1/2個
- ・白ごま …… 小さじ1
- ・万能ねぎ(お好みで) …… 適量

特製ごまだれ

- ・めんつゆ(2倍濃縮) …… 大さじ2
- ・ごま油 …… 小さじ1
- ・すりごま …… 大さじ1
- ・ポン酢 …… 小さじ1
- ・おろししょうが …… 小さじ1/2
- ・おろしにんにく …… 少々

作り方

1. トマトを1.5cm角に切る。
2. サバ缶は軽くほぐす。
3. ボウルに【特製ごまだれ】の材料を混ぜ合わせる。
4. ③にトマトとサバ缶を入れて和え、冷蔵庫で5分ほど味をなじませる。
5. 器にご飯を盛り、④をのせる。
6. 千切りにした大葉、みょうが、白ごま、万能ねぎを散らして完成!

さらにおいしく!

- ・アボカドを加えると、まろやかで満足感UP!
- ・卵黄をのせると濃厚な味わいに♪
- ・冷ただしやお茶をかけて、冷やし茶漬けにも◎

こまめな水分補給も忘れずに! バランスよく食べて、暑い夏を元気に乗り切りましょう♪

ドキュメント 72 時間

野間 秋子 (森松産業)



「ドキュメント 72 時間」という番組を知っていますか。NHK で長年放送されているドキュメンタリー番組です。ひとつの場所に 3 日間 (72 時間) カメラを置き、そこに来る人々の話を聞きながら観察する番組です。普通の人々の夢や人生、悩みなどを映しています。ナレーションは抑揚がなく淡々としているのも特徴的で、じんわりと心に染みきて、気が付くと見入っています。この番組を初めて見たのは、富士山の登山口が舞台の回でした。今ほど海外からの登山者も多くなく、スーツ姿の弾丸登山者や、小さな子どもを連れた家族連れ、毎年恒例で登山をする友人グループなど、さまざまな思いで登山をする人々がとても印象的でした。今でこそ登山シーズンになるとニュース報道で実情を知ることができますが、その頃の富士山の登山風景はとても新鮮でした。次に印象に残っているのが、大須にある屋台のラーメン屋です。身近な場所に、この時代になってもまだラーメンの屋台があることに驚きました。冬の寒い夜でしたが、次々とお客さんがやって来ます。近所の人、初めて来た人、遠方からわざわざ訪れた人などさまざまです。屋台のラーメンは人を惹きつけ、日常の楽しみであり、癒やしの場にもなっていました。ほかにも、島根県の峠道にある自動販売機が



たくさん並ぶドライブインや、富山県の人気観光スポットである雨晴海岸、大阪の商店街にある 24 時間営業のスーパー、東京下町の銭湯など、印象に残る回がたくさんあります。最近では、渋谷にあるタワーレコードの回がありました。スマホがあれば好きな音楽が聴ける時代に、レコードや CD を求めてたくさんの人が訪れていました。年末には、その年の人気ベスト 10 を一挙に放送する特番もあります。年末の忙しい時期について見入ってしまうので、ゆっくり見られるように年末の掃除は早めに済ませようと、いつも思っています。