



# ひぐちん通信

ヒグチ鋼管株式会社 〒547-0001 大阪市平野区加美北 4-6-21

Tel:06-6791-7788 fax:06-6791-8588 携帯:090-3659-2743 代表取締役 樋口浩邦

## ◆玄米にハマっています！◆

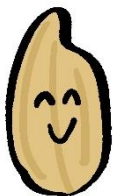
こんにちは、お世話になっております。ヒグチ鋼管代表の樋口です。ひぐちん通信第87号をお送りいたします。よろしくお願いいたします。

さて、会社の社長室にはお仏壇があり、私は毎日、お仏飯をお供えています。そのために以前は会社で白米を炊いていたのですが、今は玄米に変わりました。

きっかけは、新大阪と江坂の間で「玄米食堂」を経営しているお友達(女性)です。私は近くに行った際、その「玄米食堂」でお昼に玄米定食を食べたのですが、その美味しさに大感動！そのお友達いわく、3食のうち1食でも玄米を食べれば、体に良い影響がある。髪の毛がツヤツヤになり、肌がきれいになり、お通じも良くなると。とにかく栄養があって体に良いとのこと。私は、こんなに美味しくて体に良くて、どうして日本人は昔から白米ばかり食べているのか不思議でなりません。白米は「白」+「米」=「粕」です。つまり、白米は玄米から栄養素をわざわざ取り除いた「カス」なのです。それに対して玄米は糠(ぬか)、栄養満点なのです。

なぜ「カス」(笑)が主食なのか調べたところ、日本人の主食が玄米から白米に移り変わったのは江戸時代とのこと。玄米を炊くにはたくさんの燃料(薪)が必要で、地方に住む人は自給できましたが、都市部の人は購入しなければならず、そこで、燃料が少なく、かつ、ふっくら炊くことができる白米に移っていったとのこと。ただ、玄米に含まれる栄養素を摂取しなくなったため、都市部では同時に脚気が流行したそうです。(農林水産省のHPに「江戸のわずらい」としてそのことが掲載されています)

私は玄米にハマリ、今は「おいしい新潟のお米専門店」(関口商店)から25kg1万円で玄米を購入しています。また、専用の炊飯器(なでしこ健康生活/非IH・発芽酵素玄米炊飯器)も購入。最初はお仏飯用に白米を1合炊き、残りをおにぎりにして



朝早く来た社員に振舞っていましたが、反応はイマイチでした(苦笑)。でも玄米にしてからは「美味しい！」と大好評(笑)。今では毎朝4合炊き、ゴマ塩付き玄米おにぎりを社員に振舞っています。というわけで、皆様も、1日1食は玄米にされてみてはいかがでしょうか？とってもお勧めです！

## ◆3S活動&業務改善情報◆

(整理・整頓・清掃)当社の取り組みをご紹介します。



①伝票コーナーの上側の空間が空いていたので、工場の柱(H鋼)と鉄板を溶接し、見える化空間を増やしました。by比嘉幸助



②本社のリフトの座席が修復不能になったので、リフト屋さんで座席を無料で分けてもらい交換しました(笑)。by桐井直道



③チームを編成し、新たに掃除当番表を製作しました。各自が掃除場所を決めて、自分の札を掛けるようにしました。by永原大・斉藤裕子・藤田絢子・梅原賢一



④以前は冷蔵庫の飲み物などにシールを貼るようになっていましたが、なかなか浸透しなかったため、キャラクター名札(笑)を作成しました。by永原大・斉藤裕子・藤田絢子

ひぐちんです(笑)



⑤外交営業の行動予定表が私の席からは全く見えなかったため、全員が見える位置に移動しました。さらに帰社予定時間を書く欄を追加しました。by小林由梨奈・中本芽里

## ◆発行者コラム◆

今回もまた、最後までお読み頂きどうもありがとうございます！さて、先日、コロナ対策の一環で、社内の共有スペースなど多くの人が触れる箇所について、専門業者に依頼し、抗ウイルスコーティング(SIAA 認証)の施工をして頂きました。施工を担当して下さったのは、友人からご紹介頂いた中央区玉造にある『清華堂(せいかどう)』さん。多少のお金は掛かりましたが、社内でコロナが広がることに対する予防と、それから、お客様に安心してご来社いただけるようにと、実施いたしました。樋口

### 【発行者プロフィール】

名前: 樋口浩邦(ひぐちひろくに) Eメール: hirokunister@gmail.com  
 誕生日: 昭和41年3月16日 出身地: 大阪市東住吉区  
 経歴: 関西大学卒業後、弊社の主要仕入先である丸一鋼販(株)に入社。  
 名古屋営業所で5年間お世話になった後、当社に入社。平成13年7月に代表取締役就任し、現在にいたる。  
 趣味: 映画鑑賞 モットー: 『大丈夫!なんとかなる(´▽`)/』

