

## 2023年の十大ニュース

### 1. 2023年の棚卸

右掲は毎年書いている「十大ニュース」です。何と言っても去年10月に大動脈瘤の手術を受け、その予後に苦しんだことです。お蔭様で手術は大成功だったので主治医は「手術は100%成功だから100%回復を目指してください」とおっしゃったのです。実は、退院すれば即仕事が出来ると甘く考えていたのですが、現実には「3大悩み」(めまい・便秘・薬疹)が襲ってきたのです。例えば、「めまい」は今でも起こりますが、少し安静にしていると回復するという状況であり、「便秘」も薬が必要ではなくなったが違和感が残り、「薬疹」は内科の先生がアレルギーという診断で塗薬に飲薬をプラスしてくれて腫れも引き、ほぼ完治という状況で、残りは跡形がどの程度薄くなるかが課題になっています。

2番目の手順ミスは、思わぬ出来事でした。実は「運動」x「食事」x「社会」⇒「健康」という公式でフレイル対策をしていますが、6月に自分では信じられないミスをしてお客様に迷惑をかけたのです。もう20年以上もFax送信代行をしていますが、送信先リストを送信原稿に入れて送信をかけ、お客様の先にご迷惑をかけたのです。6月頃は「薬疹」に悩まされていたので、体力的に不十分な状況で慣れた手順から逸脱してしまったと考えています。その後は注意して養生に気をつけて、体力的な面での不注意を起こさないように気をつけています。

### 2. 独り言川柳

右掲は3月に始めた「独り言川柳」の第一号。毎朝、通っている喫茶店のママからプレゼントを頂いた心境を詠んだものです。季語が入っているので俳句でも通用する句になっています。人生の春が俳句の季語に含まれるか否かは定かではないですが、心のときめきを表現した物です。それから、ほぼ毎日、出来事を中心に詠んでいます。右下は「韻」を揃えた俳句になっています。

俳句や川柳のポイントは「題」、日常の中で「題」を見つける事と継続させるモチベーションが課題です。その為に、詠んだ句をパワーポイントで筆文字化して、それをブログに掲載するようにして、さらに、Facebook (FB)に挙げるようにしたのです。また、メルマガにも活用するようにして応用力を広めています。このような仕掛けですが「反応」が一番の励みになります。FBではほぼリアルに反応が返ってきます。ブログも月に600カウンターほどあり、平均滞在時間が数分というものが多くなってきています。このように、結果が見えると楽しくなり、例えば、右下のように「韻」を踏むようにもなったのです。つまり、「題」さえ見つければ、パツとヒラメキ苦も無く詠めるのです。一句詠むのに時間をかけるのでは仕事をしているので難しいですが、雑かも知れないが寸暇で詠めるので丁度よい趣味になっています。

今後はTV番組「プレバト」を見て、皆さんの句を添削される夏目先生や名人の梅沢さんなどの解説などを参考にしてレベルアップを図りたいと思っています。フレイル対策で「運動」x「食事」x「社会」⇒「健康」と公式化していますが、「認知症」予防の対策として適切な趣味が増えたと喜んでいきます。年内に600作を超えますが、ダブってもよいと継続して行きたいと思っています。

#### 2023年の十大ニュース

1. 手術後の「3大悩み」(11月)
2. Fax送信で手順ミス(6月)
3. 「独り言川柳」(3月)
4. PC入替(9月)
5. マッサージャー(9月)
6. 配膳システム(10月)
7. 小袋ラベルシステム(11月)
8. 採番システム(8月)
9. 左下の奥歯(11月)
10. アレルギー体質

プレゼント  
少しときめく  
我が残春

忘年会  
望年会と  
名司会

### 3. システム事業

一昨年(2021年7月)から山口さんが社内で働くようになりましたが、ようやく、お客様の信頼を得てシステム制作に従事できるようになりました。従来は、三男が担当していたのですが、お客様の業務に深くかかわっていて、そのビジネスが拡大しているので時間が取れなくなりました。大手企業からEDIで来るデータを処理するRPA(Robotic Process Automation)サブシステムで省力化と精度や質を向上させる仕組みを作っています。

お客様は「ねじ」関係なのでEDIデータの指示通りに納品する仕事ですが、「ねじ」はJANコードのような規格がないものなので、同じ企業からの注文でも「呼び方」が違うケースがあります。幸い、お客様は「品目コード」と「名称」で注文されるのですが、新規品目コードが出て来ても他のものと同じ物というケースがあります。また、逆に「品目コード」は既存であっても「名称」が全く違うケースもあるのです。これらをデータ読み込み時に自動的にチェックするので、パートの方でも正しい商品を出荷できるのです。もちろん、出荷時のラベル出力、出荷ログなども行っており、正確性が格段に向上して優良協力会社と評価されています。

弊社は、このシステム運用を遠隔操作で行っており、システムの制作から運用までを担当しています。中小企業の弱点である「システム」部門を弊社にアウトソーシングされているのです。このRPAサブシステムを、さらに見積・発注システムにつなげ、在庫管理と合わせてお客様独自の販売管理システムに構築して行きます。その為には、見積や発注システムをFaxやメールで自動化して行きます。独自の「注番」システムで、入荷時に番号を見て「誰」が発注した物か識別出来て、在庫補充なら適切なロケーションに保管するように指示する仕掛けになっています。

三男も山口さんもお客様から信頼を勝ち取って業務を担当しています。現場で困った状況になった時には、遠隔操作で状況を正確に把握して「原因」を特定して保守対応出来ていますので、リモートのメリットを実感すると同時にお客様の信頼を勝ち取る武器になっています。新規にシステム開発した際には、現地に行き込んで導入と説明をしますが、良好な関係が築けているのでお客様満足度が高くなっています。

### 4. 今年発生した課題

何と言っても健康的な課題です。11月に兼ねてよりグラついていた左下奥歯(8番)がポロリと抜けました。担当の歯科医師は、7番の歯がシッカリしているので1~6番への影響が少なく、噛み合わせがなくなった左上8番がグラつかないかが課題との事です。歯茎を引き締める「生葉」で歯磨きの仕上げをするようにしていますが、グラついたら対策が必要になるとの事です。

去年からの「3大悩み」(めまい・便秘・薬疹)が、ようやく落ち着いて来ましたが、体質の変化が残っています。まず、胃腸関連ですが、以前から逆流性胃炎を指摘されて来ましたが、今年になって胃部の不快感が出るようになって胃薬を処方してもらっています。従って、高血圧予防の他に胃腸面に気をつける事が重要になっています。その他、eGFR値が38.0と低い状態なので内臓トレーニングで血流をよくする必要があります。30分程度のウォーキングとマッサージの2つが自分で出来るポイントなので、ウォーキングと入浴後マッサージ機で血流をよくするようにしています。残るは食事でハムなどの加工食品を減らしリンを接種しないようにする事です。

最後に、12月から晩酌を始めました。今まで、晩酌をしていなかったが、夜中に熟睡できないので試してみたのです。確かに、外で酒を頂くとよく眠れるのです。2時間おき位に目を覚ましていましたが、晩酌すると5時間ほど熟睡して身体も軽い感じがします。日本酒を1合ですが、休肝日を週末と決めて実行しています。アルコール依存症にならないように気を引き締めて行きたいと思っています。「百歳現役」を目指して、健康増進とアンチ・エイジングに努めて若々しいと言われるように過ごしたいと思えます。

【AMIニュースのバックログは <http://www.web-ami.com/siryu.html> にあります！】