

平成 26 年度 新入社員激励と研修会を開催！



正しい挨拶の仕方などを学ぶ受講者たち

企業の即戦力となる
社会人としてのマナー等を学ぶ

4月11日（金）・12日（土）の2日間、産業会館において、今年市内の企業に入社した新入社員等を対象に標記研修会を開催しました。

16企業38名のフレッシュマンが参加。

講師には、例年同研修会の講師として活躍されている、日本ホワイトファーム㈱において人事担当を務める 瀬尾哲巳氏が担当。社会人としての基本的な挨拶や電話応対、名刺交換の実技やマナーなど、日常生活の基本作りについて学びました。

研修後、受講者に今回の研修の感想についてお聞きしたところ、「学生生活では学ぶ機会のなかったビジネスマナーをこの研修会で学ぶことができた。研修会で身に付けた成果を自らの会社においても実践し、信頼される社会人になれるよう日々努力していきたい」と今後の抱負を語っていただきました。

東京農業大学生物産業学部協力会

平成26年度 新入生父母歓迎会を開催！



当日は新入生とその保護者や関係者を合わせて600名が参加。中原会長は冒頭の挨拶で「網走市民を挙げて皆様を大歓迎します。学生達には、自然に恵まれた雄大な網走において素晴らしいキャンパスライフを過ごしてほしい。保護者の皆様には、我々がお子様をサポートしますので安心して網走に預けていただきたい」と延べました。会場には、網走の企業や団体が歓迎の意を込めて提供してくれたホタテやクジラなど、地元食材を活かした料理がテーブルに並べられ参加した新入生や保護者は、その味覚に舌鼓を打ち、交流を深めている様子が見受けられました。

あばしり
商工会議所

会議所ニュース

〒093-0013

北海道網走市南3条西3丁目

TEL 0152 (43) 3031

FAX 0152 (43) 6615

平成 26 年 5 月 1 日

No.222

ホームページ

<http://www.a-cci.or.jp>

facebook 公式

<http://www.facebook.com/abashiricci>



東農大生物産業学部協力会（会長・中原章博 会頭）は、入学式前日に新たな生活環境に期待と不安を抱く農大新入生とその父母に対し、網走の人の温もりと食の魅力を知ってもらうことを目的に新入生父母歓迎会を網走セントラルホテルにおいて開催しました。

3/29

サング草の再生を願い 芹洋子さん
チャリティコンサートを開催



ヒット曲を披露する芹さん

かつて網走において「日本一」を誇った能取湖サング草群生地の再生を願い、当所は網走ロータリーアクトクラブと共催で、エコーセンタ―においてチャリティコンサートを開催しました。当日は市民やファンら200名が来場し、芹 洋子さんの往年のヒット曲である「サング草咲く日に」が披露されたほか、網走市内の合唱団「オホーツクKIDSコール」や「網走ドライボーンズ」と芹さんが一緒に合唱するなどし、参加者を楽しませてくれました。

なお、今回のコンサートの益金は全額、網走市サング草再生協議会へ寄付しました。

4/20

すまい給付金・住宅ローン
減税等の説明会を実施！



説明する里見講師

これから住宅を建てる方々に消費税増税後のマイホーム取得に有利な給付金や減税制度を活用してもらおうと、個人のライフステージや生活設計に合わせて財産形成計画をアドバイスするファイナンシャルプランナー『らいふアドバンス(株)代表取締役 里見哲也氏』を講師に招き説明会を開催しました。説明会には、17名の参加がありました。

4/22

あばしりファン倶楽部
「春の部会」を開催！



「春の部会」の様子

市内の企業や公務員などの転勤族に「網走のファンになってもらう」活動が続けるあばしりファン倶楽部は「春の部会」(世話役代表・中原章博会頭)を開催。部会では、異動等で新たに当地に來られた方々(風の人)を多く迎える中、(株)マルホ阿部水産代表取締役社長 阿部文英氏を講師に招き、今が最も美味しいとされる海明けのカニや網走の水産を取り巻く環境について説明していただきました。

その後は、実際に網走産の「毛ガニ」や「ウニ」など旬の食材を使った料理を堪能いただき参加者から好評を博しました。

くらしの提案型(展示・商談会)

～暮らしフェア 2014～ 開催延期のお知らせ！

平成 26 年 5 月 24 日(土)、25 日(日)の 2 日間で開催する予定でした標記「暮らしフェア 2014」は、諸事情により開催日を延期させていただくことと致しました。

ご予約をいただいております会員皆様に対して深くお詫び申し上げます。

開催日が確定次第、改めましてご案内させていただきます。

【問合せ先】

網走商工会議所 振興課(千田・木村) TEL43-3031 FAX43-6615

☆ 第68回あばしりオホーツク夏まつり開催行事日程 ☆



昨年行われた あばしりオホーツク夏まつりの様子



◆ 主催行事

行 事 名	開催日時	場 所
開会式	7 月 24 日(木) 18:00~20:00	APT4(南 4 条通り)
流氷おどり	7 月 25 日(金) 18:30~19:30	APT4(南 4 条通り)
麦稈ロール引き大会	7 月 26 日(土) 13:30~16:30	APT4(南 4 条通り)
花火大会	7 月 26 日(土) 19:30~20:30	道の駅 流氷街道網走
音楽行進	7 月 27 日(日) 13:00~14:30	APT4(南 4 条通り)
あばしり流氷乱舞 2014	7 月 27 日(日) 14:00~15:45	APT4(南 4 条通り)

◆ 協賛行事

行 事 名	開催日時	場 所
前夜祭 (納涼ビール祭り)	7 月 24 日(木) 17:00~20:00	APT4(南 4 条通り)
アプトフォー歩行者天国	7 月 24 日(木)~7 月 27 日(日) ※24 日は、西 1 丁目の街区のみ	APT4(南 4 条通り)

網走商工会議所の共済制度・福利厚生制度をご活用下さい！

当所ではアクサ生命と協力し、会員事業所の各種ニーズ（弔慰金・見舞金制度、退職金制度、リスク対策や事業承継など）を共済制度/福利厚生制度でサポートしています。

新たな年度に向け是非、クリオネ共済制度（福祉団体定期保険）および特定退職金共済制度（新企業年金保険）の活用をご検討下さい！

“心の病”を抱えるサラリーマン

5月～6月は、新年度や新生活といった環境の変化や人間関係のストレスから“心の病”を抱えるサラリーマンが増加する傾向にあります。

その傾向は、近年、特に企業の将来を担う30代にも顕著に現れているそうで、原因として、個人が孤立して仕事をする機会が増え、悩みがあっても直接上司に相談できないことや、職場内のコミュニケーション不足であることも指摘されています。

この“心の病”の増加は、企業の人材開発の大きな足かせとなり、企業経営の根底に関わる重要なテーマであることから、その症状や対応策などについて、今回、関係機関に予防や対応策についてお聞きしました。

＜職場でのSOSチェック＞

職場で毎日顔を合わせていると、これまでと様子が違うことに気が付く場合があります。

そんなとき、下記のようなサインが出ていないか注意してみましょう。

もし、サインが出ていたり様子がおかしいと感じたら、一言声を掛けて相談に乗ってあげる気持ちが大切です。

☆あなたの職場に、こんなSOSサインを出している人はいませんか？

- ☐ ミスが目立つようになった
- ☐ 欠勤、遅刻、早退が増えた
- ☐ 言動が変わってきた
- ☐ 表情が暗くなり、元気がなくなった
- ☐ 仕事の能率が低下している
- ☐ お酒で問題を起こすようになった
- ☐ 口数が減り、周りとの人間関係が悪くなった。
- ☐ 体の不調を頻繁に訴えるようになった
- ☐ 午前中、調子が悪そうだ



こうしたサインが多い人ほど、ストレスがたまっています。
こんな状態が1～2週間続いている人がいたら…

① 上司や人事担当
に伝える

② 穏やかに声を掛け
てみる

③ じっくりと
話を聞く

※対応時のポイント

- ・相手の声掛けに応えるためには1時間以上時間を取り、落ち着いた雰囲気ですること。相談することにより評価が変わることがないと伝えることが重要です。
- ・心が疲労している人と話をする場合は、昼間が原則。人がいない会議室等の用意が必要です。お酒の席に誘うのはNGです。
- ・うつ病が心配される時「がんばってね」とか「しっかりしろ」と言わないこと。少し休むことをすすめてはなりません。
- ・話の途中に、自らの意見やアドバイスを挟む必要はありません。理解してくれる人がいて、聞いてあげることが大切です。
- ・家族や産業医等と上手に連携することが大切です。

心の病気にある様々な症状

心の病気には様々な症状があります。自分で気づきやすい症状と、本人よりも家族や周りの人が先に気づく変化があります。自分で気づく症状としては、気持ちが落ち込んで自信がなくなったり、必要以上に不安になったり、周りの出来事を自分と結びつけて取り越し苦労するなどあります。そのほかにも体がだるくて疲れが取れない、息苦しいなど身体面の症状もあります。周りの人が先に気づく変化としては、生活リズムや服装の乱れなどの行動の変化がある他、気分が高ぶって急に自信家になったり浪費に走ったりすることも周囲が先に気づく変化といえます。

うつ病は「心の風邪」

うつ病は「心の風邪」と言われるほど、一般的な心の病気で、日本人の15人に1人は人生で1回はうつ病を経験するというデータもあります。(厚生労働省研究班調査 H14～H18) かつては「心の病気」と言うと、限られた人がかかる病気という印象がありましたが、最近では誰もがかかる可能性があると言われていています。但し風邪のように簡単に治るものではありません。症状としては、憂鬱感、無気力、無関心、無感動、強い疲労感、集中力・思考力・判断力の低下、不安、焦り、睡眠障害、食欲、性欲の低下などが挙げられます。様々な理由から脳の機能障害が起きている状態で、普段なら乗り越えられるストレスも、よりつらく感じられるという悪循環に。

五月病とは

仕事や学校、転居などで環境が変わり5月の連休明け頃から、気分が落ち込む、疲れやすい、集中できない、眠れないといったスランプ状態に陥ること、これが「五月病」です。精神的な症状だけでなく、胃の痛み、めまい、動悸などの症状を訴える人も多く、新しい環境の変化についていけない焦りやストレスが体の症状になって出てきます。たいていの場合は、一過性の心身の不調で、1～2ヶ月で自然と環境に慣れ、症状が良くなると言われています。



**心の病気には早めの治療と家族の理解が大切です！
自分一人で悩まないで、まずは相談をして下さい！**

◆ 網走における「こころの健康」の相談窓口は下記のとおりです！

健康相談窓口

網走市保健センター(市内北3条西4丁目)
相談日: 月～金曜日 8:45～17:30
(TEL 0152-43-8450)

北海道網走保健所(市内北7条西4丁目)
相談日: 月～金曜日 8:45～17:30
(TEL 0152-41-0697)

※網走保健所では、毎月第1金曜日に精神科医による心の健康相談を受け付けています。

24時間対応の相談電話

■北海道いのちの電話
(TEL 011-231-4343)
※聴覚・言語が不自由な方
(FAX 011-219-3144)

◆網走市では市民を対象に「北海道いのちの電話」相談利用料を助成しており、フリーダイヤルで24時間いつでも無料で電話相談することができます。

フリーダイヤル 0120-864-505

会員向け優待サービス券

シー シー アイズ

C.C.I.Sを発行しています！

当所を含む全道42の商工会議所では、全道の各施設（279件）のお得情報が満載の会員向け共通優待サービス券を発行しております。ホテルやゴルフ場・スキー場・水族館など家族で利用できる施設も多数掲載していますので、是非、この機会にご活用下さい。

ガイドブック（優待サービス券）は当所にて無料で配布しております。

当所にお立ち寄りの際は気軽に声をお掛け下さい。

会員サービス



2014版 C.C.I.S ガイドブック

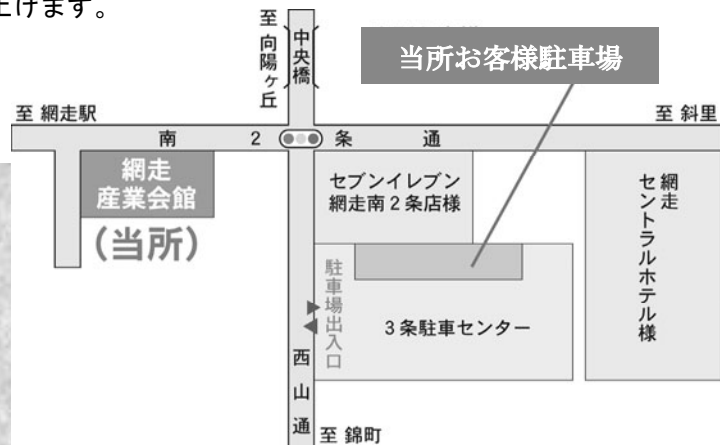
☆ 網走商工会議所 お客様駐車場のご案内 ☆

当所のお客様駐車スペース（3条駐車センター）は、図のとおりです。
当所駐車スペースには「網走商工会議所」の表示がされておりますので、指定場所以外には駐車しないようご協力をお願い申し上げます。



当所周辺は、駐車禁止となっております。

通行の妨げとなりますので、駐車スペース以外には、お止めになりませんようご協力願います。



新入会員さんのご紹介

～ ご入会ありがとうございました ～

事業所名	住 所	業 種
蓮川屋	網走市新町1丁目1-6	サービス業
佐藤塗工	網走市南8条東7丁目 16-3 マスマビル3F	建設業
住まい修理の何でも屋	網走市潮見8丁目10-28	建設業
酒縁酒場屯々	網走市南5条西2丁目10	飲食業
特定非営利活動法人 ホークス・ツクラフ	網走市字潮見185番地の19	サービス業
ECCジュニア台町教室	網走市台町3丁目6-1	サービス業
清華堂 鈴木表具店	網走市桂町4丁目3-24	建設業
Heaven	網走市南3条西2丁目第2ツカビル4F	飲食業

☆ 会意の皆様へお知らせ！ ☆

網走市の各種支援制度について (起業化・新製品開発等)

【起業化支援事業】

新たに事業を起こされる個人又は小規模企業者(新規開業者等)の方を対象に、網走市内で店舗を開業するための経費の一部を補助します。

【事業化等スタートアップ支援事業】

新しいアイデアプランの実現や初期段階の研究開発にかかる経費の一部を補助します。

【新製品創出支援事業】

新製品開発や商品化にかかる経費の一部を補助します。

【ものづくりフォローアップ事業】

おおむね3年以内に開発された新製品を対象に、製品の改良や販路拡大にかかる経費の一部を補助します。

【中小企業人材育成事業】

中小企業大学校が開催する研修会・講座等に参加する経費の一部を補助します。※当所でも同様の制度を用意しており重複しての補助が可能です。

◆「事業化等スタートアップ支援事業」「新製品創出支援事業」を申請される方は前期(5月)、後期(9月)の年2回募集となります。

※詳細・申請等については、当所【43-3031】並びに
市役所商工労働課【TEL 44-6111(内線292・339)】まで

印紙税額早見表

売上代金のレシート・領収証

平成26年4月1日以降より、
印紙税額が次のとおり変更されました！

記載金額	印紙税	記載金額	印紙税
49,999円まで	非課税 (非課税範囲が3万円未満から5万円未満に拡大)		
5万円から 100万円まで	200円	5千万円まで	1万円
200万円まで	400円	1億円まで	2万円
300万円まで	600円	2億円まで	4万円
500万円まで	1千円	3億円まで	6万円
1千万円まで	2千円	5億円まで	10万円
2千万円まで	4千円	10億円まで	15万円
3千万円まで	6千円	10億超	20万円

※消費税額が別表示の場合は、記載金額に含め
ません。印紙は正しく貼りましょう。

— 網走商工会議所青年部活動報告 —

YEGだより



YEG通常総会の様子

4月21日(月) 網走商工会議所青年部(会長 廣瀬雅史)は定期総会を開催。
当日はOBを含め、61名が出席。平成25年度事業報告・決算並びに平成26年度事業計画・予算について諮り承認されました。
本年度は、月例会の開催は勿論、網走において6月に開催する全道商工会議所大会の運営(観光部会、協力や道東管内のYEGで組織する道東地区協議会も主管するなど、多岐に渡って活動して参ります。
今後とも、ご支援・ご協力の程よろしくお願い申し上げます。



網走商工会議所5月の事業スケジュール



- ◆ 9日(金) 東北海道商工会議所会頭会議および第93回東北海道商工会議所連絡協議会
- ◆ 12日(月) 公益社団法人 網走地方法人会青年部会 定期総会
" 平成26年度 網走地区防火管理協議会役員会・総会
- ◆ 13日(火) 網走商工会議所女性会総会
- ◆ 14日(水) 平成26年度 第1回経営指導員連絡協議会
" 平成26年度 第1回小規模事業者経営改善貸付推薦団体連絡協議会
" 北見方面安全運転管理者協会理事会・通常総会
- ◆ 19日(月) 公益社団法人 網走地方法人会網走支部 定時総会
- ◆ 20日(火) 全道商工会議所専務理事会議
- ◆ 21日(水) 平成26年度 網走青色申告会女性部通常総会
" 平成26年度 網走青色申告会役員会・通常総会
" 平成26年度 網走地区安全運転管理者協会役員会・定期総会
- ◆ 26日(月) 公益社団法人 網走地方法人会 定時総会
- ◆ 28日(水) 平成26年度 網走地方青色申告会連合会役員会・通常総会
" 就職ミスマッチ解消セミナー「人材確保で失敗しないための採用・定着講座」

会 員 事 業 所 紹 介

(株)アレックスさんは、平成23年9月に、くさび式足場の架組レンタル業として設立。
平成24年7月には、MS総合保険コンサルタント㈱と合併し、損害保険・生命保険の代理店業務も開始されたそうです。
足場部門では「アシバックス道東」の屋号で建築現場で足場の組み立てから解体までを迅速かつ安全に施行しているほか、保険部門では、「三井住友海上火災保険」の損害保険と「三井住友あいおい生命」の生命保険の代理店として、熟練したスタッフが親切・丁寧に対応されているとのこと。
足場と保険という、一見共通性の無い仕事に見えますが、会社名の由来でもある「安心・安全をレンタルするIIアレックス」という意味では共通しているとのこと。
今後も「安全・安心」をテーマに、お客様が安心して暮らせるトータルサポートをしたい」と語ってくれました。



建設産業部会

株式会社 アレックス

代表取締役 菊地 真司 さん

住所 網走市潮見1丁目356番地2

TEL 44-3050

FAX 45-1350

営業時間 9:00~17:00

定休日:日曜日



サービス部会

三井住友海上火災保険㈱ 北見支社

支社長 宮本 貴之さん

住所 北見市大通東3丁目11番地1

TEL 0157-23-6285

FAX 0157-61-7636

営業時間:9:00~17:00

定休日:土日祝日、年末年始

創業は、大正7年(1918年)10月、全国に1万4千478名の社員と116の部支店、502の営業支社、その他に231か所の保険金の支払センターを持つており、「活力ある社会の発展と地球の健やかな未来を支えること」を経営理念にグローバルな保険・金融サービス事業を行っているとのこと。
そのほか地域経済の発展に貢献しようと広範なネットワークを活用し、中小企業の経営者が抱える悩みや問題を解決するため、自社で経営サポートセンターを設立し、保険会社では初となる経営革新等支援機関に選定されたそうです。
また、自動車・火災・傷害保険等の経済リスクに備える賞品だけではなく経営リスクを未然に防げるような商品も扱っており、会員企業専用保険として、業務災害補償制度「業務災害補償プラン」を販売し、好評を得ているとのこと。
今後の活動についてをお聞きしたところ「保険会社としてオホーツク地域の発展に努める他、どんな悩みも気軽に相談してもらえるような親近感のある組織にしたい」とお話しいただきました。



昨年7月、夏の暑い日に網走に赴任してから、早10か月が経とうとしております。

網走は歴代の勤務職員が皆、口をそろえて「網走は良かった、また勤務したい」と話しており、いつかは赴任したいと希望しておりました。

網走で特筆すべき魅力の一つに、網走市とその周辺には風光明媚な場所が数多くあることを挙げたいと思います。

数少ない私の趣味の一つが景観の良い場所を巡るドライブで、最近行先は水場、特に自然湖を巡ることがマイブームとなっております。

網走は、市内外に湖沼が多く最高のロケーションです。市内だけでも網走湖、能取湖、藻琴湖、濤沸湖、そしてちよつと行くのが難しいリヤウシ湖。

市外にも目を向けるとサロマ湖、屈斜路湖、摩周湖、阿寒湖、チミケツプ湖にオンネットーなど、車で日帰りできるもの

風の人(転勤族)からみた網走(26)

釧路税関支署網走出張所

出張所長 中 崇 さん

けでも枚挙に暇がありません。先日は市民半額という言葉業に後押しされ、流水砕氷船「おーろら」に乗船し、流水を割り進み、オオワシやオジロワシが目の前に佇む姿に感動を覚えました。(降りた後には、これなら定価で払っても安い!と家内が思わず口にする程)

他にも天都山展望台からの眺めや博物館網走監獄などなど、見るべき場所が沢山ありますので、在任期間中は網走の魅力を全力で堪能し、転出した後にはこの町の素晴らしさと「土の人」の温かさを伝えていきたいと思っています。

最後に、税関網走出張所は覚せい剤・けん銃等の社会悪物品の密輸を水際で阻止すべく、警察、海保と協力して取締にあたっておりますので、密輸に関する情報は、密輸ダイヤル(TEL 0120-461461)まで、ご協力を宜しくお願いいたします。

