



第60回愛媛マラソン

2月12日(日)に開催された第60回愛媛マラソンに、愛亀グループの9名が出場しました。完走した人、目標タイムに届かなかった人、関門に阻まれリタイアした人...それぞれの感想をご紹介します。ひとまず、皆さんお疲れ様でした！



感想
健康セミナーを受けて週1回のランニングを始めたのをきっかけに、初挑戦したマラソンは厳しい結果となりました。20km過ぎたあたりから足が動かなくなり、後半は歩いたり走ったりで何とかゴールを目指しましたがボロボロの状態でした。社内グループの方々におけるご支援ならびに、沿道からのご声援に感謝いたしました。ありがとうございました。

道路管路営業部 宇佐川 剛

応援団



愛亀グループ
社内報

亀の子団
ニュース

WEBで
両面カラー版
が見れる！



春分

第69号

令和5年3月発行

各社・各部署は掲載事項がありましたら、管理本部までお送り下さい。

TEL089-921-3030

FAX089-913-7432

k.hayase@ikee.jp (担当 早瀬)

びるり 黒尾尚之

第60回愛媛マラソン、地を這うように帰ってきました。今回は練習不足がたたき、非常に苦戦しました。長距離走は12月に20キロを一度走っただけだったので、不安が頭をよぎりましたが、現実のものとなりました。20キロを過ぎると脚がつたがり、めまいがしたりで、ふらふらの状態でしたが、みなさんに声を掛けてもらった時はモチベーションが上がり、体が動きました。前日が父の葬儀で、精根尽き果てていたところもありましたが、亡父が完走の後押ししてくれたのかも知れません。毎度のことで、普段から少しずつ練習をしておけば、もっと楽に走れたのにと強く感じました。話は変わりますが今回は目先を変えて、被り物仮装ランナーの方々の動きを観察してみました。総じて体力、走力があり、沿道の声援にもにこやかに答えるサービスピッチに溢れており、自分には到底できないと感じました。みなさんも、気が向いたら是非ジョギングをしてみてください。勿論、ウォーキングでも構いません。普段、見えない景色が見え、健康的な気分にも必ず良い効果があると思います。応援ありがとうございました。

道路事業部 女鹿洋樹

知らない間に家族に申し込まれていたんですが、コロナで運動不足だったので走ってみました。20キロ以上初めて走ったんですが、30キロからは思っていた以上に足にきました。きつかったけど目標のあるものの全部食べ、完走ができましたし、声援がとても多くて楽しめました。



管理本部経理部 早尾匡平

6、7年前から何度か応募してきた愛媛マラソン。ようやく初めて当選し、完走を目標に練習に取り組みました。ハーフマラソンは2回走ったことがありましたが、フルマラソンは初めての挑戦。本番1週間前の最後の練習で夏目のフジ発着で実際のコースを15キロほど試走し、本番に備えました。

当日は天気が良く気温がかなり高い状況でした。オーバーペースになりすぎないことと、まめな水分補給に注意し、いざスタート。序盤は順調で、行ききの平田の坂を越えたところは愛亀グループの方々の大声援や差し入れを頂き、勢いに乗って10キロ、15キロを通過。しかし、18キロ過ぎから足に異変をきたし、20キロあたりからは歩くことが多くなりました。両足の痛みがひどくなり、折り返し地点を過ぎた後は「ひとまず次の関門までは頑張ろう」と思い、ひたすら歩き続けました。35キロ過ぎに本日2回目の愛亀グループ応援団の叱咤激励を受け、平田の坂をクリア。その後残り2キロの表示をみて、「せつかくここまで走ったら完走を諦めたくない」と急にスイッチが入りました。全く走れなかった足が少しずつ動きはじめ、40.5キロの本町の最終関門を封鎖4分前に通過。そして残り1キロを15時50分に通過。16時の制限時間まであと10分。沿道からは「残り1キロ！あと10分！いけいけ」との声。大声援に背中を押され、痛む足を手で叩きながら必死に走り続けました。そしてゴール手前、よく頑張った！おめでとう！の声。タイムは15時57分過ぎ。そしてフィニッシュラインを越え、間に合った！と思いき、数歩歩いた後、両足に力が入らなくなり、その場に両手をついて倒れ込み担架に乗せられて退場。医療室の医療スタッフの方から処置を受けました。処置をして頂きながら、少しずつ完走したことの美感が湧いてきました。特に後半は足の痛みと関門までのタイムリミットとの闘い、肉体的にも精神的にもとても苦しかったですが、いろいろな方の応援やサポートのおかげで完走することができました。本当にありがとうございました。



愛亀Grp
リレーコラム

今回は...中田琴音さん(びるり)

入社してから2年が経とうとしております、びるりの中田琴音です。去年の4月から一人暮らしを始め、家事など全て自分でしないといけないので、働きながら家事を当たり前のようにつけていただいている母親のすごさがあり、がたみを感じながら日々生活しています。

私も休日の過ごし方や趣味について書いていきたいと思います。休日は友人とカフェ巡りをするのが多いのですが、先日少し遠出をして宮島に行ってきました。こんなに仲良く鹿と写真を撮っています。が、この後持っていた紙袋をめちやくちや食べられました...



趣味は映画やドラマを見ることですが、最近アニメのブルーロックにハマりすぎて映画やドラマどころではありません！次の話が待ち遠しいです！

これからも仕事を頑張ります、充実したプライベートが送られるようにしていきたいです。



▲休日はカフェ巡りを楽しんで仕事も頑張るぞー！

安全パトロールニュース

No.10

バック時の事故防止

今年度14件目の事故がバック時に発生し、バック時の事故が後を絶たない状況です。事故防止の原則は、安全確認ですが、発生した事故を見てみると、後方の安全確認が十分できていないことが主な原因です。バック走行の運転は難しい操作の一つで、ベテランの運転手でも神経を使います。バック時には事故が発生しやすいということをお忘れなく、次の基本事項を守り事故防止に努めましょう。

〈施工管理部／野中厚則〉

① バック時の事故防止の基本

- ① 乗車前に車両の周囲を確認する
- ② 人の声や車両の音が聞こえるよう窓を開けておく
- ③ ギアをバックに入れたら一呼吸おいて発進する
- ④ 危険を感じたらすぐ停止できる速度で走行する
- ⑤ バック時に不安を感じたら降車して確認する
- ⑥ 車両の構造上の特徴(死角)を熟知する
- ⑦ 同乗者がいる時は誘導してもらう

日工株式会社にて
プラント見学

先日、日工株式会社様の新型プラント見学に行ってきました。そこでは現在作業しているプラントとは違い様々な新しい設備が導入されていました。まず驚いたのはプラントの省スペースが従来のものに比べ45%も削減されていることです。そ

のため狭い敷地でも有効活用できるようになっています。更にプラント内のメンテナンススペースは従来の70%ほど広くなっています。

普段の作業でもストレスを減らし、なおかつ仕事の効率も上がるのではないのかと思いましたが、また、安全面、作業効率など様々な工夫がいろいろ経験ができました。

他にも協力会社の製品でプラント

内の清掃集塵機や災害時に役立つものも見ていただき良い経験になりました。

〈ASC事業部／岡田一誠〉

松山工業高等学校
ICT施工現場見学会

2月3日、八幡浜自動車道の現場にて松山工業高校1年生を対象に見学会を実施しました。

本工事のICT施工技術の説明や実際に走行するグレーダーに搭乗してもらったり、バックホウの試運転をしてもらいました。高校1年生約40名のフレッシュな笑顔を見ることが出来ました。男子はかりのイメージですが、女子率10%程度あり、時代の変化を感じました。また、その子たちの積極性や度胸などに感心させられっぱなしでした。

自分とはいうと、ものすごく緊張してしまい、イメージ通りに進行することができませんでした。申し訳ございませんでした。また、多くの方々に助言をいただいたり、急場をお助けいただいたり、準備片

づけ等のサポートもしてくださり、関係者の皆様への感謝の申し上げようもございません。本当にありがとうございました。

また見学会に携わる機会をいただいた際には、この経験を活かし、高校生の心の中にもっと「愛電」を残せるよう工夫し、いつか同じ制服を着てもらえるよう努力いたします。

〈工務部／坪田元忽〉

フジで回収された
ペットボトルキャップを
活用した舗装プロジェクト

「まちのスーパー」フジ様と「まちの舗装」やさん「愛電」が手を取り、店舗にて地域の方々の協力で回収されたペットボトルキャップを活用した舗装プロジェクトを実施しました。

回収されたキャップを大切な資源としてアスファルト混合物の製造にリユースし、店舗の駐車場の補修工事へ使いました。

技術試験事業部の研究では、ペットボトル



キャップを活用し製造したアスファルト混合物は耐久性が向上するとのデータが出ています。

2月24日、フジ和気店の駐車場修繕工事にキャップをリユースしたアスファルト混合物を使用しました。この駐車場が長く快適に利用いただけますように！



修繕完了!



スオースタイ! (クメール語でこんにちは)はカンボジアABCの山田美和です。

順調に進行中です。

2月下旬には、IBCのチイとティニーが現場で採集した試料をカンボジア公共事業運輸省(MPW)のラボ試験室にてMPWラボの皆さんと一緒に試験をし、配合設計を行いました。

丈夫で長持ちする道路を作るには緻密な試験と計画が大切です。

〈海外事業室／山田美和〉

大西さん夫妻が
カンボジアより帰国

カンボジア国道5号線プロジェクトに従事していた大西さんが妻・ソバアさんとともに帰国しました。帰国前には5号線工事現場やIPS-IBCへ夫妻揃って挨拶に訪れたそうです。

ソバアさんは初来日です。日本での新婚生活をサポートしてまいります。



ご結婚
おめでとうございます!

愛電グループ各社の
最新情報がわかる!

TOPICSを
チェック!!

社内報に載せきれない最新情報を日々更新中です!掲載依頼は管理本部まで。

