



## 2023年8月夏休み

東海地方は、先月7月に梅雨明けとなり、いよいよ夏本番となる8月に入りました。7月の初めは天気ははっきりしない日がありましたが、中旬ごろから晴れの日によって真夏日が多く続きました。最高気温が35℃以上となる猛暑日も何日もあり、8月はさらに猛暑日が続くのではと感じる次第です。夏風邪や熱中症にならないよう体調には十分気を付けて頂き、アツイ8月を乗り切ってまいりましょう。

先月から少しずつ新型コロナの第9波の影響なのか、感染拡大の報道がでてまいりました。医療機関から報告された新型コロナの患者数もかなり増加している事から、感染拡大は身近になりつつあるのではと感じております。8月は夏休みのある月となりますので、観光や里帰りなど人の移動が多くなる事と思います。当然人混みの中に居る事も出てくるので、更なる感染拡大の影響が出てくるのではと感じるところです。ただ感染拡大と言いましても規制が出てくることはありませんので、それぞれの方々が予防や注意しての行動で対処していく事が重要になって来ると思います。なお特別な事を行う必要はなく、今まで行ってきた予防対策（人混みはマスク着用・消毒・密な場所に長時間滞在しないなど）を行いながら健康管理に努めて頂けたらと思います。

新型コロナ以外でも夏風邪や熱中症もありますので、今月は十分体調を整えながら1ヶ月間どうぞよろしくお願ひします。

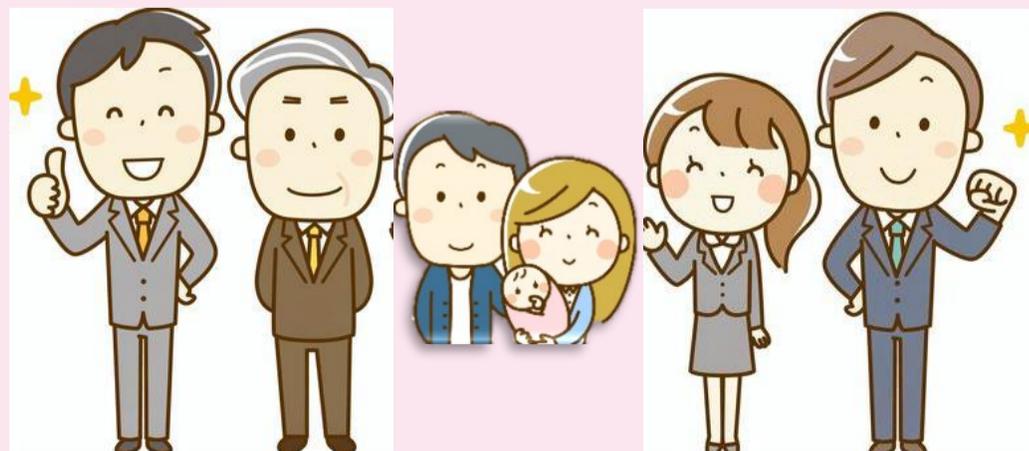
社長 太田 聡  
編集担当：島

## ハラスメントについて（第13回） 【マタハラ、逆マタハラ】

今までで、職場における主なハラスメントとして14項目の内4項目（パワハラ、セクハラ、モラハラ、ジタハラ）を紹介しました。今回は5、6項目目のマタハラ、逆マタハラを紹介します。

### 【マタハラ、逆マタハラ（マタニティハラスメント、逆マタニティハラスメント）】

マタハラとは、妊娠・出産や育児休業の利用に関する、職場での嫌がらせ行為です。妊娠した女性社員に対して「こんな忙しい時期に」などと言ったり、妊娠・出産を理由に不利益な行為を行うことです。マタハラの被害者は女性とは限らず、育児休業を取得した男性に対して行われるケースもあります。次に逆マタハラは、妊娠・出産・育児等で休暇や時短勤務を選択した社員の業務を、社内の誰かが代わりに担当することにより、一部の社員に負担が偏り職場全体の空気が陰悪になる状態です。また、妊娠中・時短勤務中の人が傍若無人な振る舞いをする事により、周囲が迷惑を被る状態も「逆マタハラ」と呼ばれます。



## ラジオ体操のススメ



以下の表は5月の定期健診の結果です。検査結果で有所見者が多かったのが次の3項目です。

これらの改善には体重を落とすことが重要です。(産業医の先生より)  
ラジオ体操の時間を有効に使って健康維持に努めてください。

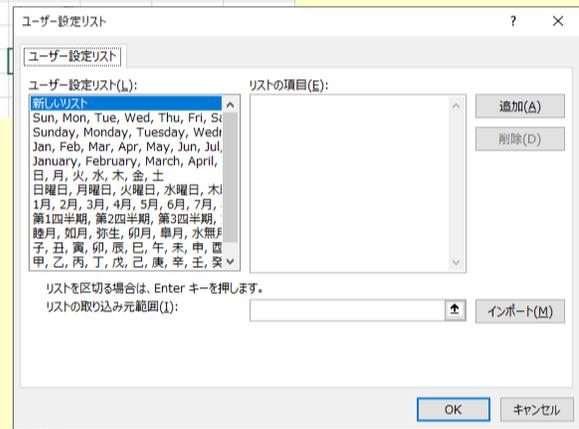
項目	要精密	治療中	再検査	全体の比率
脂質代謝	3	8	18	50.90%
血圧	1	8	10	33.30%
肝機能	3	3	8	24.60%

管理室

## エクセルの豆知識 (連続データ機能)

### ▼マウスでの連続データ入力

	A	B	C	D	E	F	G	H
1	2023/8/1	日			第1回	第2回	第3回	第4回
2	2023/8/2	月						
3	2023/8/3	火			No.1	No.2	No.3	No.4
4	2023/8/4	水						
5	2023/8/5	木						
6	2023/8/6	金						
7	2023/8/7	土						
8	2023/8/8	日						
9	2023/8/9	月						



### ▲ユーザー設定リスト

編集担当：島

エクセルには「オートフィル」という、連続したデータを入力するのに便利な機能があります。日付、曜日、第1回、No.1など、次に続くデータが容易に予想できるものは連続データとして認識され、次のデータを入りたい方向にドラッグするだけで自動で入力されます。

連続データは用途に合わせて登録することが可能です。

「ファイル」→「オプション」→「詳細設定」にある「全般」の中の「ユーザー設定リストの編集」をクリックするとユーザー設定リストが表示されます。手動でリストの項目を入力することも可能ですが、セル範囲を参照指定して自動的に入力することもできます。

ただし、この登録データはファイルではなくシステムに依存するので、他の方から受け取ったファイルに登録済みの連続データは使用できないため、改めて登録する必要があります。

よく使うリストは登録しておく、ドラッグするだけで瞬時に入力できるようになるので、ぜひ活用してみてください。

## どうする家康 ～徳川家康～

今月号から静岡にゆかりがある偉人、徳川家康についてご紹介していきます。大河ドラマ「どうする家康」の出演者が浜松まつりの騎馬武者行列に参加するなど話題になりました。今年の浜松まつりは3日間の観客のべ人数は過去最高の255万人、約626億円の経済波及効果があったそうです。日本史のおさらいとして読んでいただけたら幸いです。今月は主な年表をご紹介します。

- 1542年  
12月26日に現在の愛知県にあたる三河国の岡崎城で生まれ、竹千代と名付けられる
- 1548～1550年  
織田家に捕らわれる～織田家から解放され今川家の人質となる
- 1555～1560年  
元服し松平元康へ～今川義元が死、今川家から独立
- 1562～1566年  
織田信長と同盟を結ぶ～徳川家康と名を改める
- 1568～1572年  
武田と協力して今川家を滅ぼす～三方ヶ原の戦いで大敗

- 1575～1579年  
織田と共に長篠の戦いで武田家を撃破～信康事件
- 1582年  
織田家と共に武田家を滅ぼす、本能寺の変、信長の死
- 1584年  
豊臣秀吉と小牧・長久手の戦いで1年以上戦う
- 1586～1590年  
秀吉の家来になる～関東地方を恩賞としてもらう
- 1598年  
豊臣政権で五大老に就任、秀吉の死、豊臣秀頼の後見へ
- 1600年  
関ヶ原の戦いで石田三成を破り、天下人に
- 1603年  
征夷大將軍に任命され、江戸に幕府を開く
- 1615年  
大坂夏の陣にて豊臣家を滅ぼす、武家諸法度を制定
- 1616年  
75歳で死去  
次号から遡ってご紹介したいと思います。

編集担当：横井

## 編集担当より

FIVBバレーボールネーションズリーグ2023で、日本男子は銅メダルを獲得しました。日本が世界大会(五輪、世界バレー、ワールドカップ、ネーションズリーグ)で表彰台にあがるのは、1977年のワールドカップで銀メダルを獲得して以来、46年ぶりとなります。

8月もスポーツクライミング、陸上、新体操、バドミントン、男子バスケットボールなど、さまざまな世界選手権が行われます。パリ2024オリンピックも約1年後と迫っています。熱い戦いを繰り広げる選手たちを応援しましょう。

率直なご意見・ご感想をお待ちしております。  
general@apollo-elec.co.jp

発行  アポロ電気株式会社

〒438-0004  
静岡県磐田市市勾坂中1600-11 磐田さぎさか工業団地  
TEL: 0538-38-2228 FAX: 0538-38-2898  
URL: <https://www.apollo-elec.co.jp>

編集担当：管理室

発行日：令和5年8月1日