

# デリシヤス

12  
2015 vol.87

CLUB 7FS

仕事と人生をもっと楽しく、組合見える化マガジン

発行:セブン&アイフードシステムズ労働組合  
企画編集・広報委員会  
〒102-8450 東京都千代田区二番町8番地8  
TEL.03-6238-3942 FAX.03-3261-2358

今月の  
特集

## 一人ひとりがルールを守り 働きやすい環境を作ろう!



あなたの職場におじゃまします ②

ポッポ アリオ上田店

笑顔の職場にチャレンジ! ③

「あなたの心は元気ですか?」

Wave! 7FSのなでしこ ⑧

田坂 いずみさん (デニーズ 湘南台店)



7FS UNION VISION 2017

信頼できる誠実な職場を私たちで。

delicious

➡ 労働組合Webサイトもこまめにチェック!

今月のログインパスワード

**3715** おぼえかた  
(みんな行こう!)

<http://www.7ir-7fs.com/>

7FS労働組合

検索





# 一人ひとりがルールを守りやすい働きや

法令を遵守して、誰もがより良い労働環境で働くためには、お店の従業員全員がルールを守って仕事に就くことが重要です。働きやすい環境は私たちの手から実現できます。一人ひとりがルールを守り、笑顔があふれる職場にしましょう。

## 正しい就業ルール遵守のための必須事項

### 1. スケジュール表へのサイン

スケジュールは、店長と従業員で約束した契約時間です。確認後はサインを行うのがルールです。

### 2. 正しいスキャン

実際の勤務と違うスキャンは重大なコンプライアンス違反です。出勤スキャン前や退勤スキャン後に勤務をしてはいけません。

### 3. 正しい就業申請

残業をする場合は責任者に指示を受けましょう。事前のスケジュールと違う勤務を行った場合は「就業時間申請書」へ時間と理由を記入しましょう。

### 4. スキャンと就業データの確認リストへのサイン

自分の就業データは、お店に掲示している「スキャンと就業実績データの確認リスト」で毎日の出勤時に確認して正しければサインを行いましょう。

仕事充実するから私生活も充実する。プライベートが充実するから仕事も充実する。その好循環を作れば、人生がもっと輝く



就業改善への取り組みはワーク・ライフ・バランスの実現につながります。

一人ひとりが意識することで、お店としても大きな第一歩を踏み出せます。お店全員で一緒になって取り組み、仲間同士で声を掛け合いながら進めていきましょう。正しい就業ルールが守られれば、必ず働きやすい環境に近づいていくはず！

## イメージしてみてください…

スポーツにはどんな種目にもルールがあります。サッカーをイメージしてみてください。レフリーが試合終了のホイッスルを吹いたのに、ゴールに攻め込んでいる選手がいたら？もし、それを良しとする試合になったらどうなるでしょうか。

ここで、選手を現場で働く組合員に、監督を会社に、レフリーを会社幹部（上長）に置き換えてみましょう。お店を良くしよう、お客様に満足して頂こうといった目標＝ゴールは組合も会社も同じです。しかし、勤務終了のホイッスルが鳴ってもゴールに向かう＝ルールを破り、働き続ける。その姿勢を上長は黙認し、会社は評価する。そんなルール無用の状況が存在したらどうなるか考えてみてください。これが就業ルールを守らずに働いている現場をサッカーに例えた状況です。誰が悪いのでしょうか？何がいけないのでしょうか？ここでは特定して誰が悪いとは言いきれません。試合に関わる全員が間違っ

た意識で、ルール自体を歪めていることがいけないのです。

昨今、労務管理の疎かな企業は業績に影響するだけではなく、大きな社会的制裁を受けます。

そうならば働き手も集まらなくなりますし、会社存続に大きな影響を及ぼします。そうならないためにも、まずは私たちの手でできる正しいルール遵守の第一歩を着実に積み重ねていきましょう。それが正しいスキャンの徹底です。悪い実態は隠せても、あとで自分の首を絞めるだけです。どうすれば改善していけるのか。改善のためには何が必要なのか。お店だけで対応できるのか。それを一緒に考えていける場が労働組合です。





# ルールを守り、 すい環境を作ろう!



## 「労使共同宣言ポスター」掲示のお願い

労使共同宣言のポスターが各店納品されます。

### 労使共同宣言

Vol.1

法令を遵守して、誰もがより良い労働環境で働くためには、お店の従業員全員がルールを守って仕事に就くことが重要です。働きやすい環境は私たちの手から実現できます。一人ひとりがルールを守り、笑顔があふれる職場にしましょう!



## ルールを守り 働きやすい環境を作ろう!

### 1 スケジュール表へのサイン

スケジュール表、店長と従業員で判別した契約時間です。確認後はサインを行うのがルールです。

### 2 正しいスキャン

実際の勤務と違うスキャンは大きなコンプライアンス違反です。出勤スキャン前や退勤スキャン後に勤務してはいけません。

### 4 スキャンと就業データの確認リストへのサイン

自分の就業データは、お店に掲示している「スキャンと就業実績データの確認リスト」で毎日の出勤時に確認して正しければサインを行います。

### 3 正しい就業申請

就業をする場合は責任者に報告を受けましょう。事前のスケジュールと違う勤務を行った場合は「就業時間申請書」へ詳細と理由を記入しましょう。



セブン&アイ Food Systems



セブンアイグループ労働組合連合会

セブンアイグループ労働組合連合会  
セブンアイフードシステムズ労働組合

2月29日まで掲示

時間ピッタリ!



みんなで  
ルールを守ろう!

正しい就業とは何かを  
明確にし、法令遵守のできる  
職場づくりを目指すために、  
各店必ずポスターを  
掲示しましょう





# あなたの職場に おじゃまします

No.029

ポッポ アリオ上田店

## 歴史浪漫的の薫るまちでお出迎え！

長野県上田市は、戦国時代に真田氏が築いた上田城を中心とする城下町。2016年のNHK大河ドラマ『真田丸』の舞台として注目を集めています。

真田氏といえば、真田十勇士を従え、徳川家康を最後まで苦しめた英雄・真田幸村公が有名ですね。今回はそんな歴史情緒あふれる街で働く『ポッポ アリオ上田店』の仲間をご紹介します！



毎日元気いっぱいに声を掛け合いながら営業中！

お店はいつも明るく、笑顔がいっぱい！



ポッポ アリオ上田店は仲間がお互いの得意分野、不得意分野を認め合い、協力しながら働く姿勢と目標売上を達成するために攻める気持ちで毎日の営業に励んでいます！売上では2014年8月から昨年比全月クリア。ただ今、記録更新中！週末、特設イベントスペースで行われる催し物に合わせ、万全の体制でお客様をお迎えています。また、去年の販売コンテストではタピオカドリンク販売で日販96食、全社2位の実績。時間帯別の販売数、売上状況を確認しながら、今日取るべき売上情報を全員で共有して、積極的にお客様に声かけをしておすすめしています。





Let's enjoy!!

Pick up!

# 2015年デリシャス杯ゴルフコンペ開催&支部企画紹介

## 2015年デリシャス杯ゴルフコンペを各地で開催!



中日本大会

参加人数16名

●2015年11月12日(木)古淵沢カントリークラブ



西日本大会

参加人数34名

●2015年11月20(金)静岡カントリークラブ浜岡コース



関東大会

参加人数27名

●2015年12月3日(木)栃木ヶ丘ゴルフ倶楽部



みなさん、お疲れ様でした!



### 支部企画紹介 「同期会」

2015年9月16日(水)

各地で開催されている支部企画を紹介します!今回は2000年に旧デニーズジャパンへ入社したみなさんが自ら企画した「同期会」を取材してきました。入社10年後に同期会を開催しようと話したあの日から時は経ち...

横のつながりは宝物です!



15年の節目で約束を実現!同じ時代を走ってきたからこそ話せること...横のつながりの大切さを改めて感じました(オペレーションサポート部 上岸 博さん)



# Wave! 7FSの なでしこ

「Wave! 7FSのなでしこ」では、7FSで働く女性組合員にサイコロを振ってもらい、出た目に書かれたテーマについてミエル君とトークをして、更に次号に登場していただく女性組合員を紹介してもらうという、まさにWave (7FSの女性の波を起こす、7FS女性が繋がる)なコーナーです。

Vol.18  
ようこそ! 田坂さん。  
今回の「なでしこ」は  
**田坂 いずみさん**です!  
(デニーズ 湘南台店)



「なでしこ」のテーマがサイコロで決まります。今回のサイコロの目は以下の通りです。

- チャレンジしていること
- 私が一番感動したこと
- 私の元気の源
- 仲間と過ごした楽しい時間
- 休日を満喫! 私の趣味
- 仕事とプライベートの両立で心掛けていること

**Q** 本日はよろしくお祈いします。田坂さんは高校生からのキャリアと伺いましたが、今まで長く仕事を続けてこれた秘訣ってなんでしょう?

**A** 田坂さん 最初の気持ちを忘れないことが大切だと思っています。新人のときに色々なことを学んだように、ベテランになって仕事や作業に追われるようになって、自分から興味を持って仕事に取り組むことが、長く続けられる秘訣だと思います。

**Q** 田坂さん自身が新人さんを教えるときに気を付けていることってありますか?

**A** 田坂さん 仕事へのやりがいやこだわりを自分自身で見つけてもらうように心掛けています。基本的なことを教えたら、あとは自分で考えて行動するよう促し、間違いがあれば、何が悪いのかを説明し、軌道修正しています。指示を待つだけでなく、自分で行動する習慣を身に付けることで、本人も成長を実感できていると思っています。



**Q** 仕事では「クッキングコンテスト」にも出場経験があるということですが、特にどんなことに意識して取り組んでいたんですか?

**A** 田坂さん 以前行なった、サラダの販売コンテストでは、重点項目の盛り付けにこだわりました。ですが、クッキングコンテストに限っては特別なことはしていません。毎日、基本的なこと、守るべきルールを積み重ねてきた結果だと思っています。

**Q** ちなみに休憩室の掲示板にサラダ販促の結果が掲示されていますね。結果も好調のようです。フロントスタッフがおす

すめをしていただければ、調理する側も気持ちが入りますね。

**A** 田坂さん お客様を飽きさせない工夫や、自然な会話のなかでおすすめ商品の提案をしています。お客様におすすめしているわけですから、提案に見合うようなおいしい料理を出せるように頑張っています。

**Q** これからも忙しい日々が続きますね。仕事は充実しているようですが、休日はどんなことでリフレッシュしていますか?

**A** 田坂さん 釣りが趣味で、特に海釣りが好きです。時間を合わせて仲間と休日に行くこともあります。飲食業界はどうしても時間が不規則になりがちですので、それぞれ自分のライフスタイルにあった休日を過ごし、しっかりリフレッシュすることが大切ですね。

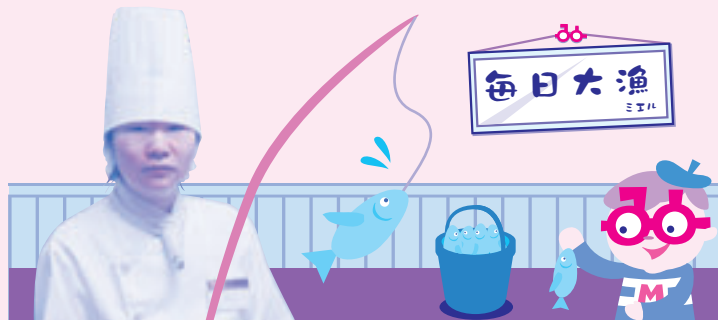
**Q** すばり、仕事とプライベートの両立で大切なことはなんでしょう?

**A** 田坂さん すべては強い探究心から始まると思います。仕事もプライベートも色々なことに興味を持つことで知識の幅が広がります。

例えば料理ひとつでも、食材、調理方法、料理を召し上がってくれるお客様などにもっと関心を持てれば、知識を深めようと研究するようになり、そこから興味がわき趣味にもつながります。そうすれば、仕事もプライベートも良いバランスを保てると思いますよ。何事も自分で考えて、調べて、身につけたことは長続きますね。



**Q** そうですね。もっと視野を広く持てば身の周りにもたくさん面白いことがあることにも気づけますね。本日は、どうもありがとうございました。



## 田坂さんの仲間紹介!

今回は **佐藤 由利さん**(ポッポ葛西店)

田坂さんの趣味がフィッシングということで、クロマグロ飼育で有名な葛西臨海水族園がある葛西から、ポッポ葛西店 佐藤 由利さんを紹介! 夏には組合のバスツアーに参加頂きました。行動的な佐藤さんからどんなお話が聞けるのか楽しみです。

2014年6月号	2014年7月号	2014年8月号	2014年9月号	2014年10月号	2014年11月号	2015年1月号	2015年2月号	2015年5月号	2015年8月号	2015年12月号	2016年2月号
三田 絢子さん デニーズ 名張西口店	戸川 奈美さん デニーズ 高島店	青木 悠華さん 外部給食ヤマト厚木 グートウェイ店	武石 久恵さん 社員食堂 そとう横浜店	橋本 美知子さん 本部 商品部物流	中村 紗依子さん デニーズ 藤沢北口店	廣川 佳代子さん デニーズ 小田原原教店	石川 玲子さん ポッポ 静岡店	蓬田 富士子さん ポッポ 西武小田原店	森下 泰羽さん デニーズ 南平台店	田坂 いずみさん デニーズ 湘南台店	佐藤 由利さん ポッポ葛西店

※所属は掲載当時



# 7FS UNION VISION 2017



信頼できる誠実な職場を私たちに。

あなたはどんなマイビジョンを描きますか？

私達は常に「安心」「感謝」「誇り」を胸に、一人ひとりが「マイビジョン」を描き、実践し、達成する事で変化は起こり、仕事と幸せがつながり始めます。仲間たちのマイビジョンを参考に、まずはイメージする事から始めましょう。

## VISION 12 仕事もプライベートも向上心を忘れずに

市原 宏規さん(デニーズ中村店)

### ● パートナー社員からナショナル社員に！

地元の名古屋でパートナー社員として働きはじめ、今年の春からナショナル社員として、デニーズ中村店に配属となりました。立場が変わったことで、慣れたオペレーションの一つひとつにも質の高さが求められるので、大きな責任感を感じています。早く周りから信頼される社員となれるように、日頃から挨拶や身だしなみなど業務以外の部分も意識して過ごしています。

### ● 組合活動にも積極的に参加しています！

夏には、労働組合主催の「沖縄スペシャルツアー」に参加しました。個人旅行とは違い、他店の従業員や先輩店長など、普段なかなかお会いできない方々とお話しすることで、自分の視野を広げることができました。なにより青い空と海に囲まれた沖縄は最高で、思いっきり日焼けして帰ってきました(笑)。

### ● 仕事もプライベートも手抜きはしない！

将来的には、結婚をして家庭を持ちたいと考えていますが、今はバリバリ仕事に打ち込み、店長を目指してリーダー、副店長、店長と着実にステップアップしていきたいです。

プライベートでは、カラダを動かすことが大好きなので、アクティブな休日を過ごしています。中京地域で開催されるソフトボール大会に参加したこともあるんですよ。仕事でもプライベートでも常に上を目指して頑張っています。

仕事もプライベートも  
向上心を忘れずに

市原 宏規  
デニーズ中村店



CSR 通信

## 社員としての心構え

～ 信頼される誠実な社員であるために～

Vol.17 この人の下で頑張りたい!と思われる上司像「イクボス」

### 『育キャリ』を支える上司 『イクボス』とは？

『育キャリ』(仕事も家庭も大切にするパパ)は確実に増えているそうです。ある企業の新卒男子のアンケートでは将来、育休を取得したいと答える人、積極的に子育てに参加したいと答える人が87%もいたそうです。これが今の新卒男性の意識です。

しかし、現実はなかなか取得が難しいという意見が多く聞かれます。その理由として、「上司に理解がない」が多いようです。無意識に部下の役割を男女で固定してしまう上司の価値観が、部下のワーク・ライフ・バランスを妨げているの

です。「男は遅くまで働いて当然」、「育児は妻がするもの」という価値観で、組織を統率するリーダーのもとでは、いくらパパが「家事や育児も頑張りたい」と思っても空回りするばかりです。

そこで、注目されているこれからの上司像が『イクボス』という存在。部下のワーク・ライフ・バランスに配慮して、その人のキャリアと人生を応援しながらも、組織の業績でも結果を出し、自らも仕事と私生活を楽しむことができる上司のことを『イクボス』といいます。子育て、介護、仕事以外の時間を充実させたいという部下の多様な生き方を応援し、リーダーとして組織の生産性を高めることができます。その結果、「この人



が上司でいてほしい!」、「この上司の元なら頑張りたい」という人材があなたの下に集まり、強固なチームができ上がり、益々成果を上げていくことができるのです。

お店の上長のみなさん、是非『イクボス』を目指して欲しいものです。



上司の方は、従業員のみなさん一人ひとりのワーク・ライフ・バランスに関心を持ち、理解してあげられる上司を目指しましょう。あなたが困った時に、部下が助けてくれるはずですよ。

# 笑顔の職場に

# チャレンジ!!

～健康増進計画～

Vol.3 あなたの心は元気ですか？

😊 あなたの心の疲れ具合は？  CHECK!!

- 1  最近、肩こり、腰の痛みがひどい
- 2  時々、胸やけがする
- 3  以前より風邪をひきやすくなった
- 4  最近、感動した事が思い浮かばない  
(映画で感動、美味しい食べものを食べて感激、など)
- 5  目の奥が痛む
- 6  冷え性だと感じる
- 7  朝起きてても疲れがとれていないことが多い
- 8  近頃、怒りっぽい
- 9  普段から胃が痛くなることが多い
- 10  「自分なんかいないほうがいい」と  
気持ちがふさぐことがある
- 11  食欲がない
- 12  不意に喉の渇きを感じることもある
- 13  めまいがする事がある
- 14  心配ごとが気になって、何も手につかなくなる
- 15  なかなか眠れない

■セブン&アイ・ホールディングス健康保険組合  
個人向け健康ポータルサイト「MY HEALTH WEB」の登録  
はお済みですか？健康増進に役立つ情報が満載です！

## カラダよりも気づきにくい、ココロの疲れ

食事やスポーツで、健康に気を遣っているという方は多いはず。では、心のケアはどうでしょう？じつは体と同じように、心にも小さな疲れが積みがち。自分に合った方法を探して、リフレッシュするのがベストです。目に見えないからこそ、心は定期的にチェックしましょう。

お疲れ度合 **重度** 4、10、14の3つ全てに当てはまった方

今すぐ医療機関にかかることをお勧めします。じつは、4、10、14はうつ病の診断で使われている項目です。うつ病は「病気」ですので、心療内科などに足を運んでみてください。

お疲れ度合 **中度** 4、10、14の内、1～2つ、その他の項目も3つ以上当てはまった方

要注意です。普段の生活でリフレッシュできていますか？なかなか友人と時間が合わない、田舎から出てきて知り合いも少ない、そんな方こそ組合主催のレクリエーションイベントへ！手軽に参加できるバスツアーは初めての方にもオススメです。

お疲れ度合 **軽度** 重度、中度以外の方

今の生活リズムを乱さないでください。さらに心を健康にする方法は日光を浴びること。体が活性化するだけでなく、睡眠を促進させる成分が体内で分泌されるので、夜もゆっくり休めます。



●「小さな疲れ」を積み上げない意識

疲れがたまってしまふのは、「小さな疲れ」を見逃してしまっているのが原因です。忙しい毎日の中、自分のことにばかり目を向けているわけにはいきませんが、自分自身を気づかい、いたわる心の習慣を持つことも大切です。

労働安全衛生法の改正で、事業者の義務として労働者のストレスチェックが義務化されます。働く環境は労働者の心の健康に大きく影響しているのです。我々の健康を守るためにも、働く環境を良くしていこうという意識が不可欠です。

「MY HEALTH WEB」へは、こちら！

セブン&アイ健康保険組合

検索

中央  
役員コラム



中央執行委員  
齋藤 純さん

中央市執行委員の齋藤です。組合活動もお店の運営も仲間と力を合わせて何かをやり遂げるという達成感はいつも喜びに感じます。何事もなかなか一人だけの力では成し遂げることはできません。以前、組合のブロック企画でソフトボール大会を企画したとき、私は運営係として奔走していました。ある日、偶然会った他店の組合員の方に「今年のソフトボール大会っていつやるんですか？うちの店はまだ何も聞いてなくて…」と言われショックだったこと

があります。部下からも「店長それ言ってくればやったのに…」と言われることもあります。もっと周りの仲間に思いを伝えて、一緒に取り組めばと良かったと反省しました。これからは常に「知らない」人の立場も考えて、情報を相手に「伝える」ことを大切にしていきたいです。そこには相手のことを積極的に「知る」ように意識することが必要です。一方通行のコミュニケーションにならないように、顔が見える、声の聞ける距離で活動をしていきたいと思ひます。

## 7FS労働組合相談窓口

電話 0120-459-394  
メール 7fskumiai@7ir-7fs.com  
HP http://www.7ir-7fs.com/

電話受付時間  
AM9:00  
～  
PM9:00



・相談内容 仕事のこと、生活のことなどなんでも  
・対象者 7FSで働く方ならどなたでも

相談内容の秘密は厳守します。  
お気軽にご相談ください！



携帯からも受け付けますが、メールでの返信をご希望の方でドメイン指定されている方は、解除、もしくは7ir-7fs.comを設定してから送信してください。