

新人紹介

質問内容：①お名前(担当物件) ②好きな食べ物? ③趣味? ④一言

- ①毛利さん(自社巡回)
- ②ラーメン(みそ)
- ③サッカー観戦
- ④丁寧な清掃を心がけます。



待ちました! 桜咲く春到来

今回の社内報は4月号。いよいよ春本番が近づいて来ましたね!

身体を動かすにはちょうど良い季節! 私も冬眠状態から目覚め失われた体力増進に邁進して参りますよ!

3月は別れの季節、そして4月は出会いの季節です。今年はどんな出会いが待ち受けていますかね。新入生、新社会人頑張れ~! 今年の仙台市の桜の開花予想は4月3日、満開予想は例年より一週間早い4月8日となっています。この社内報が皆さまのお手元に届く頃には見頃を迎えている事でしょう!

という事でやまさんの「桜」のうんちくコーナー~(´艸´)

桜は品種によって開花時期が異なり2月上旬から5月頃まで様々な種類の桜を楽しむ事が出来ます。代表的な桜の開花順は「河津桜」「大島桜」「ソメイヨシノ」「八重桜」などです。

川津桜



日本で一番早く咲き始める桜と言われています。静岡県賀茂郡河津町で毎年3月上旬になると毎年満開になるピンク色の桜です。パーッと咲いてパーッと散る感じの桜ではありません。こ桜は開花予想が非常に難しく早い時にはお正月から開花する場合があります。遅い時には2月中旬に開花が始まったりとツアー観光「客泣かせの桜」とも言われています。カワズザクラはオシマザクラ系とカンヒガンザクラ系の自然交配種と推定されています。

ソメイヨシノ



エドヒガン、オシマザクラの雑種とする自然交雑もしくは人為的な交配で生まれた日本産の栽培品種のクローンサクラ。現代の観賞用のサクラの代表種となっており単に「サクラ」と言えばこの品種を指す事が多いです。高度成長期にかけて全国で圧倒的に多く植えられ開花・満開を判断する標本木となっています。

八重桜



花の様子が牡丹に似ている事から「牡丹桜」とも呼ばれています。ちょうどソメイヨシノが散ると同時期あたりに開花が始まります。花はやや大きめで花弁の多さから丸くふんわりした形になるものが多くみられます。6枚以上の花弁を付けるものを八重桜と区分しています。遅咲きの桜が故、まつわる歌集・伝説も多々残されており馴染みの桜となっています。

プチっとうんちくコーナー

桜の世界3大名所を御存じでしたか?調べてみましたよ~!一度訪ねてみては如何!?

1.タイダルバイスン(アメリカ)
ワシントンポトマック河畔の桜並木。日米友好のシンボルとなっています。全米桜祭りも開催されていて3,750本の桜の木が咲き乱れる場面は圧巻です!

2.セントラルパーク(アメリカ)
マンハッタンの人々のオアシスであるセントラルパークの桜です。日系人の同窓会の会場となりました。満開の下での散歩・ランニングは最高!

3.バンクーバー(カナダ)
カナダ西海岸の大都市バンクーバーには50種類以上、4万本以上の桜が植えられています。さくら祭りも毎年開催されカナダの人々にもすっかり人気!



自由の女神も桜の時期は夜な夜な散歩をするという都市伝説あり((´艸´))

ゴールデンウィーク中の休業日のお知らせ 令和8年5月2日(土)~令和8年5月6日(水)

上記期間中は本社不在となります。
ご不便おかけいたしますが何卒よろしくお願い申し上げます。

会社情報はホームページを!
<http://tps-s.co.jp/>



ブログも随時更新中です!
ぜひご覧ください♪

編集後記

もうすぐ春ですね♪

私がTPSに入社し2年が経とうとしています。忙しく、けれども充実した毎日を送っています。自宅へ帰れば2人の息子がおり、我が家に彩りを添えてくれます。まだ幼い2人の、日々のちょっとした成長が嬉しく私の心の栄養になっています。皆様も心に栄養を補給して、清々しい季節を思いっきり楽しみましょう!

編集委員：宇佐美、大知里、佐藤しづえ、山田(五十音順)

TPSニュース

2026年4月号

vol.173

繁栄物語助演会社
株式会社ティ・ピー・エスサービス
住所 仙台市泉区市名坂字南前4番地1
電話 022-372-0815
発行責任者 中川 純

光る輝きをサポートします
~ 究極の夢と空間を追い求めて ~

この紙面は「繁栄物語助演会社」として地域の皆様、お客様、社員、お取引先の皆様、そして志を共にする関係業界の皆様のお役に立つために編集されています

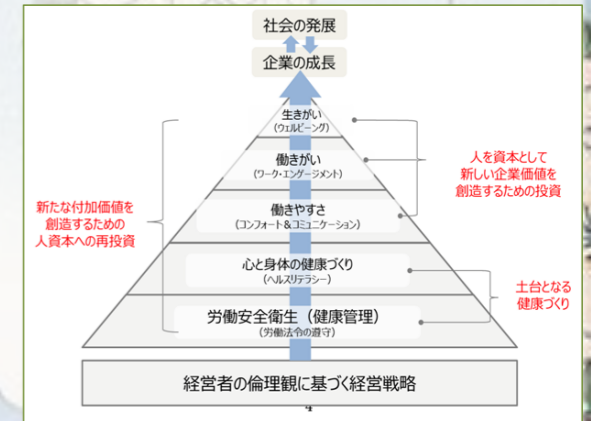


『健康経営優良法人2026』に認定されました

健康経営優良法人の認定には「経営理念・方針」「組織・体制」「制度・施策実行」「評価・改善」の4つの評価側面がありますが、従来は「制度・施策実行」の比重が高く、施策の実施率が評価の割合を多く占めていました。しかし近年では健康経営の取り組みの質を高めることを目指し、「経営理念・方針(健康経営の戦略・発信・普及)」や「評価・改善(取組の効果検証)」を重要視する傾向が見受けられます。

健康経営とは「人という資源を資本化し、企業が成長することで、社会の発展に寄与すること。」と定義され、目指すべき5つの指針が設定されています。

- ① 労働安全衛生： 「労働法令の遵守」を通じた従業員の健康管理に関する取り組み。他の指針を支える土台。
- ② 心と体の健康づくり： 従業員のヘルスリテラシーを高める取り組み。労働や商品・サービスの質を保障し、企業の付加価値や生産性の向上を目指す。
- ③ 働きやすさ： 居心地よく働ける場や状況、コミュニケーションによって実現するもの。企業は環境調整に努める義務がある。
- ④ 働きがい： 仕事に対するエンゲージメントを高めることで生まれるエネルギー。従業員⇄企業間でともに作り上げ、価値感を統一することが大切。
- ⑤ 生きがい： ワークライフバランスの実現。従業員の健康的な生活が企業の屋台骨となり、社会の発展に貢献するという考え方。



日々の生活の中で1個でも健康的な行動を増やし、1個でも不健康な生活習慣を減らそうと考えることが健康経営につながります。健康経営優良法人2027認定に向け、また今日からのご協力をよろしくお願いいたします。

~社長コラム~ 2026年4月から変わる自転車ルール ~身近な交通を見直すきっかけに~

2026年4月1日より、道路交通法が改正され、自転車に関するルールがより明確になります。大きなポイントの一つが、「交通反則通告制度(いわゆる青切符)」の導入です。これまでは注意や警告で済むことも多かった自転車の違反ですが、今後は一定のルール違反に対して反則金が科されるようになります。対象は原則16歳以上です。例えば、信号無視は約6,000円、一時停止を守らなかった場合は約5,000円、夜間の無灯火は約5,000円程度とされています。また、スマートフォンを操作しながらの運転(ながら運転)は約12,000円と比較的高額で、危険性の高さが反映されています。イヤホンを使用して周囲の音が聞こえにくい状態での運転なども違反の対象となる可能性があります。日常のちょっとした行動が違反につながる点には注意が必要です。皆様のご家族でもルールについて話し合ってください。もう一つの改正は、自動車が出発する際のルールです。車は自転車のすぐ横をギリギリで追い越すのではなく、できるだけ間隔をあける、あるいは速度を落として安全に配慮することが求められるようになります。自転車に乗っているときに「怖い」と感じた経験がある方も多いと思いますが、こうした不安を減らすことが目的です。

今回の改正は、自転車に乗る人だけでなく、車を運転する人にとっても大切な内容です。どちらの立場でも道路を利用するからこそ、お互いに配慮することがこれまで以上に重要になります。特に私たちTPSは業務での車移動も多いので、この機会に普段の運転や通行を見直し、より安全運転を心がけましょう。

斎藤 正人

□ 今日から始める！仕事効率を高める筋トレ習慣

忙しい毎日の中で、「運動不足だな」と感じている方も多いのではないのでしょうか。実は、筋トレは健康維持だけでなく、仕事のパフォーマンス向上にも大きな効果があります。今回は、初心者でも無理なく始められる筋トレのポイントをご紹介します。

■ なぜ筋トレが仕事に効くのか？

筋トレには以下のようなメリットがあります。

集中力アップ:血流が良くなり、脳の働きが活性化 **ストレス軽減:**運動によるリフレッシュ効果 **姿勢改善:**肩こり・腰痛の予防

特にデスクワーク中心の方にとっては、日々の不調改善にもつながります。

■ オフィスや自宅でできる簡単トレーニング

- ① スクワット(下半身強化)椅子に座る・立つ動作をゆっくり繰り返すだけでもOK。→ 10回×2セットが目安
- ② プッシュアップ(腕立て伏せ)難しい場合は、壁に手をつけて行う「壁プッシュアップ」がおすすめ。→ 8~10回×2セット
- ③ プランク(体幹トレーニング)肘をつけて体を一直線にキープ。→ 20~30秒×2セット



■ 継続のコツ

「毎日やる」よりも週2~3回を目標に!! 時間は1回5分でもOK!!
無理せず「できた日を積み重ねる」意識で!!

■ 最後に

筋トレは特別な道具がなくても、ちょっとしたスキマ時間で始められます。体が軽くなると、気持ちも前向きになり、仕事にも良い影響が出てきます。

まずは今日、1種目だけでもチャレンジしてみませんか? **健康第一で、いきいきとした毎日を!**

営業課肝入り! 剪定・除草キャンペーンいよいよ稼働!

いよいよ暖かくなってきますと、嬉しさ半面「お庭の手入れが大変になってくるわ~」なんていう方も多いのでは! 特に梅雨の時期を過ぎると、協力業者さんや巡回・固定パートさんから「草がすごくて...」「今日もずーっと草刈り!!」という大変なお話がよく聞こえてきます。

防犯・防虫の面でも雑草対策は重要です。『発芽・発生初期』である『今』の雑草抑制が、今後の除草作業等の負担軽減につながります。

安心・安全・快適な生活の準備を始めてみてはいかがでしょうか。除草には下記の方法が効果的です!

【 除草剤 】

除草剤には粒状タイプと液状タイプがありますが、今の時期におすすめなのは粒状のタイプです。粒状は「これから生えてくる雑草を抑えること」「長く効くこと」が特徴です。3~9ヶ月間効果を発揮でき除草の手間を大幅に減らすことができます。

【 防草シート 】

光を遮断することで長期間雑草の生育を抑えます。事前に除草と整地が必要です。継ぎ目を重ね隙間なく敷き、専用ピンで固定します。景観が気になる場合はシートの上に人工芝・砂利・ウッドチップ・固まる防草砂等を置くこともできます。

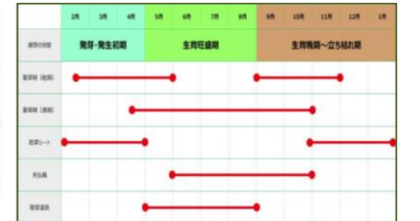


【 固まる防草砂 】

敷き詰めて水を撒くと約24時間で固まり雑草の発生を抑止します。事前の除草が必要です。透水性の良い商品を選べば、ぬかるみの水はけ対策にもなります。

【 温水除草機 】

宮城県ビルメンテナンス協会様の『働き方改革推進支援助成金事業』の一環で、宮城県ビルメンテナンス協会様が購入した様々な清掃機器を、会員企業として2022.11.15より管理・保管させていただいています。



その中に、『温水除草機』という機械があります。90℃~100℃の高温の水を散布することで、植物の根のたんぱく質構造を変異させ除草・雑草予防をします。水さえあれば電源がない場所でも使え、低コストで環境に優しく、作業員にも負担の少ない除草作業が可能となります。

TPSでは年間5大キャンペーンを展開しています。
エアコン分解洗浄、外壁洗浄、剪定・除草、LED切替、配管洗浄のメニューです。
皆さまの快適に少しでもお役に立てれば幸いです。
是非お声掛けください!

花粉症対策ガイド

~今日からできる予防・食べ物・生活習慣~



春や秋になるとつらい『花粉症』。くしゃみ・鼻水・目のかゆみなど、日常生活に大きな影響を与えます。この記事では、花粉症の基本からすぐできる対策、症状を和らげる食べ物まで分かりやすく解説します。花粉症は、スギやヒノキなどの花粉に対して体が過敏に反応するアレルギー症状です。代表的な原因には以下になります。

・スギ花粉(春) ・ヒノキ花粉(春) ・ブタクサ(秋)

体内でヒスタミンという物質が放出されることで、くしゃみや鼻水などの症状が起こります。

今すぐできる花粉症対策① 花粉を「入れない」こと! 基本的にここが一番重要となります。

マスクを着用する・メガネを使う・帰宅時は服を払う・洗顔、うがいをする など

→特にマスクは、花粉の侵入を大幅に減らせます!

今すぐできる花粉症対策② 花粉を「持ち込まない」こと! 家の中の対策も重要となります。

今すぐできる花粉症対策③ 花粉を「避ける」こと! 花粉が多い時間帯や条件を知ることが大切です。

晴れて風が強い→花粉が多い・昼~夕方→飛散ピーク など

→外周はできるだけ控えるか、対策を強化しましょう!



積極的に取りたい食品

- ①ヨーグルト → 腸内を整える
- ②青魚(サバ・イワシ) → EPA・DHAが炎症を抑える
- ③緑黄色野菜 → 抗酸化作用でアレルギー軽減
- ④甜茶(てんちゃ) → ヒスタミンの働きを抑えるとされる



~まとめ~

花粉症対策は「防ぐ+整える」がカギです! ・花粉を避ける生活習慣 ・食事で体質改善 ・必要に応じて薬を活用 これらを組み合わせることで、つらい季節もぐっつくと楽になります!

今年は少しでも楽に過ごせるように、自分に合った方法を見つけてみてください!



設備班が行く!

住宅用火災警報器

は大丈夫ですか?

寿命は約10年!!

交換はまるごと!!

突然ですが、ご自宅に住宅用火災警報器は適切に設置されておりますでしょうか? 戸建て住宅等への住宅用火災警報器の設置が義務化され、今年で15年を迎えます。設置はしているけど点検をしていない...。何年前に購入したか分からない。などあるかもしれません。今一度ご自宅の警報器を確認することをおすすめします!

設置義務のある場所

- ①寝室 ②階段上部 (2階に寝室がある場合) ③台所

※その他3階建てや居室が多い場合は設置箇所が増える場合があります。離れた部屋で感知した火災を、警報器同士が知らせ合う【連動型】という安全性がより高い機種もあります。

オフィスビルや商業施設などは多くの場合、自動火災報知設備が設置されており6カ月ごとに有資格者による点検を実施していますが、こと戸建て住宅となるとご自身の意識・行動でリスクを軽減するしかありません!

今一度防災意識を高め、できることから始めましょう。

皆様が安心して過ごせますように!



- 仙台市消防局 ☎234-1111
- 青葉消防署 ☎234-1121
- 宮城野消防署 ☎284-9211
- 若林消防署 ☎282-0119
- 太白消防署 ☎244-1119
- 泉消防署 ☎373-0119
- 宮城消防署 ☎392-8119

仙台市消防局 仙台市女性防火クラブ連絡協議会 (公社) 仙台市防災安全協会