

比べはるかに高効率であり、納入後のモニタリングシステムも優れている等が挙げられる。

今回ボイラーを設置する場所は、海拔 1300 m と言う高地であり、当該 LPG 焚き高効率ボイラー導入にあた

り高地条件下における出力低下を考慮して設置台数を決定し、工場熱負荷状況を考慮してボイラーの台数制御を計画し、最適な高効率運転を目指した設計となっている。(続く) (株)日本サーモエナジー 平山 浩)

## 『仕事と暮らしに役立つタイミング マネジメント®』(第3回) 一年のふり振り返りと来年の目標を立てるベスト・タイミング

12 月は今年取り組んだ目標とその結果のふり振り返り、来年の目標を明確にするベスト・タイミングです。やりっぱなしにするのではなく、ふり振り返りを行うことで PDCA サイクルが機能して、次の目標づくりにつながり、目標達成の意欲も高くなります。また、12 月中に目標を明確にすることで「志」高く新年を迎えることができ、爽やかな気持ちで一步を踏み出すことができます。

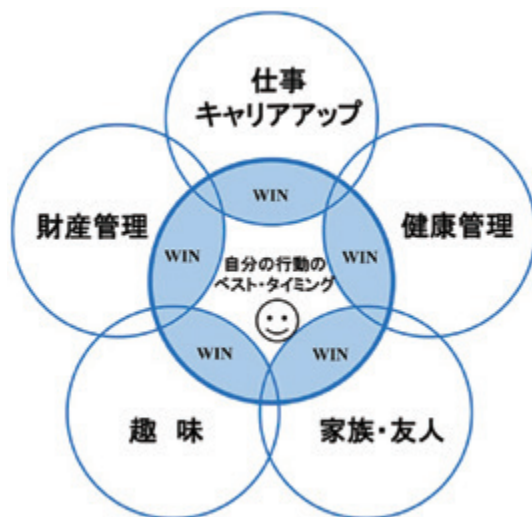
この一年で自分をいかに革新・成長させてきたかをふり振り返る

一年のふり振り返りを効果的にするためには次のことを書き出してみてください。①今年の目標とその背景(理由)は何だったか? タイミングを意識した目標だったか? ②目標の達成率は? ③目標を達成するために工夫したことは? ④達成できたことによる、自分にとって、職場のメンバーにとって、お客様にとって、会社にとっての効果・結果は? ④達成できなかったこととその理由、これから達成するために必要なことは何か? 特に達成できなかった理由については「環境要因」ではなく「自分自身の要因」を見える化することで「本気で達成したい目標だったのか」ということが問われます。

「来年がベスト・タイミングとしてやること」を明確にする!

後悔しない一年を過ごすためには「タイミング思考」で目標を立てることが重要です。「人生の経営者・教育責任者は自分!」です。自分の「価値観」(大切なことは何か)と「ビジョン」(将来なりたい姿)を機軸に、時間の経過とともに発生する状況変化の先読みをして、「今やらずしていつやる! 来年がベスト・タイミングとしてやることはこれだ!」という目標を立ててください。やりたいことが自分の価値観や将来のビジョンと連動していること、「2025 年にやることの効果、やらないことのリスク」を見える化して「このタイミングでやるんだ!」という明確な理由と納得感があることが実行と目標達成のエンジンになり、後悔しない一年の結果につながっていきます。

「緊急で、重要なこと」はすでに期限付きで目標になっているので、「期限がないこと」「緊急ではないが、重要なこと」に注意を向けて目標を立てましょう。また、やりたいことがたくさんある場合には優先順位に迷うこ



人生の充実＝仕事とプライベートの行動のタイミングが相互に関連し合っている

とがあります。時間は有限なので「来年やらないことで発生するリスクの大きさ」を比較して、リスクの大きいものを優先して目標を立てることが大切です。

(例 1) A さんは将来ボイラー技士のスペシャリストになり、安全管理と生産性向上に貢献できるリーダーになりたいという明確なビジョンを持っています。そのために来年は一級ボイラー技士の資格を取得するという目標を立てています。職場にボイラーのスペシャリストの上司がいますが、あと 2 年で定年なので上司が在籍している間に資格を取得して、現場で実践的な指導をしてもらい、安全管理のマネジメント力を高めたいと思っています。

(例 2) B さんの両親は高齢になり、最近体の調子が悪いと言っています。今年は忙しくて実家に帰ることができませんでした。両親が元気なうちに来年は温泉旅行に連れて行き、親孝行をする計画を立てています。

やるやらないに関わらず、時間はあっという間に過ぎていきます。自分の人生の行動については誰もタイミングを決めてくれません。仕事・キャリアアップ、健康管理、家族・友人、趣味、財産管理など人生を充実させる重要な要素は相互に関連し合っています。それぞれの要素について「来年がベスト・タイミングとしてやること」を明確にして充実した新年を迎えましょう!

(株)プライムタイム 代表取締役 坂本敦子)

### 表彰

#### 令和 6 年度「安全衛生に係る優良事業場、団体又は功労者に対する都道府県労働局長表彰」受賞者 (2)

令和 6 年度の安全衛生に係る優良事業場、団体、功労者に対して 10 月までに贈られた都道府県労働局長表彰

受賞者のうち、当協会関係者を掲載します。

○福島労働局長表彰