



# 羅針盤

発行:サイクラーズ株式会社  
(旧名 東港金属グループ)  
編集:サイクラーズ株式会社 東京事務所  
東京都品川区南大井6-26-3  
大森ベルポートD館 8F  
電話: 03-6410-8797  
URL : https://www.cyclers.co.jp/

## Market Forecasts by Y. san -2月-

## 1月予測の自己評価 鉄スクラップ; × 銅; × アルミ; ×

### 鉄スクラップ

1月の東京製鉄宇都宮工場の特級価格は49,000円/トンからスタート。13日に2,000円/トン上がり最終的に51,000円/トン。建設業界の工事需要は高まり、上昇していることを考えると上がると考えられます。

### 銅

1月はLME8,300ドル/トン、国内銅建値1,140,000円/トンでスタートし、中国のゼロコロナ政策解除による期待感や春節後のコロナ感染の拡大の不安等あり、最終的にはLME9,100ドル/トン台、国内銅建値1,270,000円/トン。2月の価格も中国次第。上昇が続いているためそのまま上がると考えられます。

### アルミ

1月は、LME2,290ドル/トンからスタート。最終的には2,500ドル/トン台をキープ出来ました。電力問題、自動車の生産遅れから考えると、2月は横ばいと予想されます。

### 産業廃棄物

電気代的大幅な値上がり、人件費の高騰、輸送費の値上げから考察すると、産業廃棄物は周りを追いかけて値上げする業者が多いようです。顧客を失う恐れより自分の首を絞めないことが大事で、解決策は適正価格と分別強化です。これしかないでしょう。

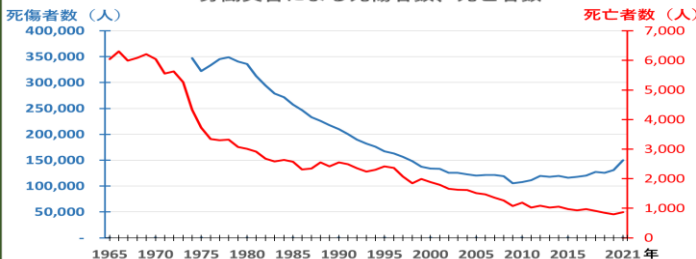
## Topics

### 労働災害発生状況

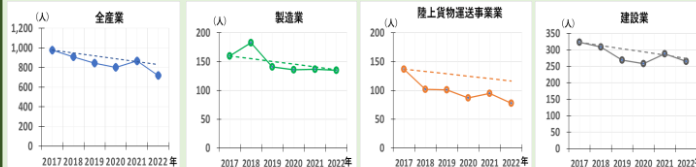
労働災害による死傷者数について厚生労働省の発表資料「労働災害発生状況」を参考に紹介します。「注意一秒、怪我一生」です。労働災害の発生状況として、死傷者、死亡者の方々は統計上で数値として扱われておりますが、その数値の中の一人一人が尊い命を失い家族・友人がその死を悲しまれていることを想いながら、今回のトピックスへの掲載とさせていただきます。

1965年(昭和40年)以降の全産業での労働災害による死傷者数及び死亡者数の推移を次のグラフに示します。死亡者数、死傷者数(休業4日以上)ともに、長期的には減少傾向にありますが、死傷者数は、近年増加傾向にあります。

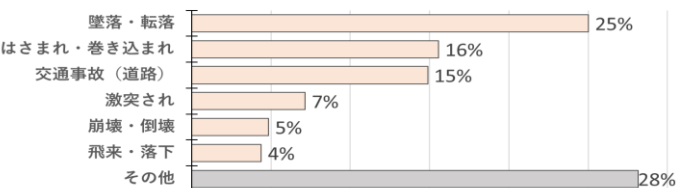
労働災害による死傷者数、死亡者数



労働災害を減少させるために国や事業者、労働者等が重点的に取り組む事項を定めた5年間(2018年度~2022年度)の中期計画「第13次労働災害防止計画」では、死亡者数を2017年と比較して、2022年までに15%以上減少させることとしております。過去2018年から2020年までの3年間は順調に目標に向かって推移していましたが、2021年は全産業トータルでわずかに届きませんでした。これは建設業の影響が表れたようですが、今年(2023年)1月10日の速報値では達成できたようです。前掲のグラフの2018年からのズーム版となる、中期計画中の主な業種別の死亡数の推移を次のグラフに示します。グラフのマーカー付きの実線は発生件数を示し、点線は各業種の2017年を基準として2022年に15%削減の目標の値を示しております。



### 事故の型別死亡災害発生状況 割合(令和3年)



## Series

### 「美食からダイエットへ」最終回

財務経理部 姜 藝玲

財務経理部の姜です。羅針盤への投稿では、これまで故郷の中国の料理(食文化)のご紹介等、おいしい食卓に関するお話をしてきましたが、今回は最終回です。美食が好きで、結果、ダイエットに挑戦することになってしまいました。失敗しないため、羅針盤にまで載せて決意を固めることにしました。しかし... 羅針盤原稿を書き始めてすぐ、実践までは本当に難しいなと思いました。どうしてかと言えば、書きながらチョコを食べていたからです。

一番好きな美食を控えようとしたら、また頭の中で色々な料理を思い出して、今日もお昼には大森駅の近くにある「京穂 蘭州ラーメン」屋さんで足が向いてしまいました。麺は手打ちです。牛肉スープはあっさりしていて、とても新鮮な味で、ダイエットは頭から忘れ美味しかったです。蘭州ラーメンはあっさり味が好きな方に合うと思います。中にはパクチーが入っていますので、苦手な方は事前にスタッフさんに声をかけると除いてくれます。この蘭州ラーメンについて簡単にお話すると、中国の西北にある甘粛省の蘭州県自慢の美食であります。蘭州ラーメンの歴史は古く、1799年からすでに存在してました。その特徴は「一清二白三紅四緑五黄」という調理方法で、5つの色が特徴です。

- 一清「スープは澄んだ(清湯)であること」
- 二白「大根」
- 三紅「辣椒(唐辛子油)」
- 四緑「スープにパクチー(香菜)や葉にんにくなどを入れる」
- 五黄「麺が黄色がかっている」



味を統一して世界各地に蘭州ラーメンを広めたのです。1999年には「中国第一面」という高い評価も受けた記録もありました。閑話休題、美食の話はここまでで、やはりダイエットの話題に戻ります。ジムに通うという考えは入社後の2年目からです。PLANはだいぶ前からありましたが、DOまで行くには1年以上かかりました。そして去年10月から女性専用ジムに通いはじめました。



トレーニングのメニューは、有酸素運動とストレッチの組み合わせです。一般的にこの組み合わせ、有酸素運動とストレッチのセットであれば、カロリー消費が効率だと言われてますが、私の場合は、いつもストレッチを抜いて有酸素運動ばかりしています。ですから、計測するとカロリーが効率よく消費されていないようで、体重はびくともしません。経験者によると、「少なくとも半年は続いたら成果が見える」と聞きましたが、現実には厳しいです。やはり美味しい料理は少なく食べながら、何とかカロリー消費を増やすことを頑張ら、一年後には「羅針盤に掲載してよかった!」と皆に自慢したいと密かに考えていて、今年の大きな目標です。乞うご期待です! (了)

左のグラフは全産業の事故の型別死亡災害発生状況です。業種別では、建設業は「墜落転落」が38%、製造業では「挟まれ・巻き込まれ」が39%、陸上貨物運送事業では「交通事故(道路)」が39%で各々トップとなっており、業界別の特徴が出ております。死亡者数、死傷者数(休業4日以上)ともに長期的には減少傾向にありますが、死傷者数は、近年、増加傾向にあります。皆様、ご注意ください。

## 編集メモ

2月、立春を迎えますが、1月は列島が10年に1度の強烈寒波の影響で、各地で大雪や厳寒の記録を更新しました。トラックやバスが各地で立ち往生。北国では屋根や道路の除雪で追われています。まだまだ春は名のみの日が続くでしょうが、日本一寒い街とされた北海道陸別町では、寒さを売り物にした企画で盛り上がっているとのニュース。逆転の発想は考え方次第というヒントをくれますね。トピックスで紹介の「労働災害」も事故分析すれば、きっと改善のヒントが隠されていると思います。七転び八起きで一步前進を目指しましょう。