

「5S」について知り、実行に移そう

開倫塾

塾長 林 明夫

1. おはようございます。開倫塾塾長の林明夫です。今朝も「開倫塾の時間」をお聴きいただき、ありがとうございます。
この番組は、勉強の仕方についてお話をする番組です。今日は少し趣旨を変えて、「5S(ごえす)」について紹介させていただきます。
2. 5S は、この番組で既に何回も取り上げています。毎日の勉強にも生活にも役立ち、社会に出て仕事をするときにも役立つため、とても大切です。
5S の1つ目は seiri(整理)、2つ目は seiso(清掃)、3つ目は seiton(整頓)、4つ目は seiketsu(清潔)、5つ目は shitsuke(躰)です。このように、ローマ字で表記するとすべてSで始まるため、5Sといわれています。
3. 私は足利市出身ですが、足利商工会議所の中に「足利 5S 学校」というものがあります。これはかなり有名で、日本はもとより外国からも足利流 5S を学びたいという方々が毎週のように訪れています。また、足利 5S 学校では「世界 5S サミット」を4回も開催していて、今年から来年にかけてもう1回開催しようと準備をしているところです。
私は、足利商工会議所の議員や足利 5S 学校の役員を務めていますので、5S に関わっています。ただ、まだまだ勉強が不足しているため、足利流 5S についてもっともっと勉強したいといつも思っています。
4. さて、5S の内容を少し説明させていただきます。1つ目の seiri(整理)とは、要らないものは取り除いて捨てることです。カバンを例にすると、1週間あるいは3日に1回ぐらいはカバンの口を開け、中に入っている要らないものを取り除いて捨てたり、別の決まった場所に置いたりしましょうということです。
5. 2つ目の seiso(清掃)とは、カバンの中から要らないものを取り除いたあとは、そこをきれいにすることです。
6. 3つ目の seiton(整頓)とは、ものは同じところに置くことです。例えば私のカバンの前面にあるポケットの中には、決まったものが入っています。それは鍵と suica(スイカ)です。suica は、東京に時々行きますので、電車に乗るときなどに使います。この2つをいつも同じところに入れていきますので、ありがたいことに忘れてたりなくしたりということはありません。
seiton(整頓)がちゃんとできると、ものを探す時間も忘れものをする時間も激減します。本当に便利です。

7. ものなかなか捨てられませんが、まずは要らないものは思い切って捨てる seiri(整理)をし、次にそこをきれいにする seiso(清掃)をし、そのあとは同じ場所に置く seiton(整頓)に取り掛かりましょう。

以上の 3 つは机の上や引き出しの中、財布の中、筆入れの中、部屋の中、ロッカーの中、冷蔵庫の中、下駄箱の中など様々なところでできます。これらをきちんと行うと本当にすっきりしますので、ぜひ挑戦していただきたいと思います。

8. 4 つ目の seiketsu(清潔)とは、seiri(整理)・seiso(清掃)・seiton(整頓)の状態を保つこと、キープすることです。

9. 5 つ目の shitsuke(躰)とは、みんなであるいは自分でやると決めたことは自分から進んで行うことです。例えば、学校の先生や保護者の方からいわれたからやる・勤務先の社長さんからいわれたからやるというのではなく、自分から進んでやることです。

足利流の shitsuke(躰)は、各会社や各工場などで自分たちで工夫していろいろなことを決め、それを守るために一所懸命にやるのが特徴の 1 つです。このような足利流 5S はとても評判がよく、スリランカや中国、インドネシア、ネパールなどから多くの方々が勉強にいらしています。そして、しっかり学んで自国に持ち帰り、様々なところで役立てています。

10. 小学生・中学生・高校生・大学生・社会人も、また、学校・職場・役所などでも、つまり誰もがあたりゆる場所で行えるのが 5S です。お金をかけずにすっきりさせることができますので、こんなに素晴らしいものはないと思います。

11. 私は、5S の shitsuke(躰)に加え、別の意味の躰も大事ではないかと考えています。それは 3 つあり、美しい立居振舞い(たちいふるまい)と美しい言葉遣い(ことばづかい)と元気なあいさつです。

12. 美しい立居振舞いの例は、食事のマナーです。その中で一番大事なのは、全員の料理がそろうまで手を付けないことです。私はおなかがすいてるときには先に食べ始めてしまい、「みんなの料理がそろうまで待ってね」と注意されることがあります。料理を作る方がいるのに、その方を差し置いて食べるのはいけませんね。

また、after you(アフター・ユー、お先にどうぞ)や自分で使った椅子を元に戻すことも、美しい立居振舞いの代表例です。

13. 美しい言葉遣いで心掛けたいのは、できれば「です・ます調」で話し、乱暴な言葉はあまり使わないようにすることです。

14. あいさつは、こちらからするのが礼儀です。「あの人は、私にあいさつをしてくれない」などと文句をいう人がいますが、これはおかしい話です。あいさつはこちらから元気よくするものですので、相手からあいさつがあったらありがたいと思うとよいでしょう。

15. 今日は、5S と、別の意味の躰についてお話をさせていただきました。参考にさせていただけるとうれしいです。