※社外向けの「PCアイ」はPDFファイルにて掲載いたします。クリックなどの操作は不可となっております。予めご了承ください。

NTTPC社内広報誌 PCアイ
毎月19日発行（トークの日♪）

今月のＩＮＤＥＸ

バックナンバー 過去のPCアイはこちら

2021年3月19日号の内容は：

■特集：Secure Access Gateway紹介
■ラグビーニュース「つるや通信」
■短期集中講座（法務考査発！）
■CSRの森
■サクライ図書館
■NTTPCドキドキリレー
■ビバ！ヘルシーライフ
■エトセトラ（あんなこと、こんなこと）
■経営会議より
■PCアイ閲読率
■アンケート♪
■編集後記

▲ページTOPに戻る

皆さん、お待たせいたしました。久々の新サービス提供開始でございます！！
その名も「Secure Access Gateway」。（HPはこちら）
自社のネットワーク環境に合わせて選べる「ちょうどいい機能」など、魅力たっぷりのこのサービス。
担当の、大野智史さんと久保田亮さんにお話しを伺いましたので、紹介します。
★プレスリリースはこちら。

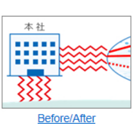
【サービス提供のきっかけは？】

企業のDX化を阻む壁

昨今、私たちの働き方が目まぐるしく変化し、それに伴い、ビジネス環境も激変し各社のDX化が緊急課題となっています。
例えば、リモートワークの推進、SaaSなどのデジタルサービスの普及、老朽化するレガシーシステムなど、私たち自身でも体感しているところだと思います。
しかしながら、ビジネス環境を変化させていくことには、大きな投資が必要となり、中堅・中小企業のDX化が進んでいないというのが現状です。
また、DX推進が進まない大まかな課題は次の通りになります。これらの課題を解決するためにサービス提供することになりました。

◇新しいICTの導入は、高額な投資が必要
◇自社で導入・設定ができるか不安
◇ITに精通した人財の確保が必要

【今、DX推進に求められる新しいICTとは？】



Before/After

DX推進に求められる新しいICTは次の3点になります。

1) SaaSを輻輳なく利用できること
2) リモートアクセスを利用できること
3) ゼロトラストに対応していること

昨今の新型コロナウイルス感染症により、働き方はリモートワークが主流となり、どこからでも仕事ができる環境を整える必要がでてきました。
また従来は、インターネット出口だけを守っていればよかったものが、テレワークの普及、SaaSの拡大に伴い、守るべき場所が曖昧になってしまいました。その為、ゼロトラストに対応したセキュリティとともに、快適なSaaS利用、リモートワークが今後のICTに求められています。

【「ゼロトラスト環境」とは？】

ゼロトラストの考え方

ゼロトラスト環境とは、すべての通信アクセスを信頼しないという考え方に基づき、対策するものとなります。
また、リモートワーク、SaaS利用の拡大により、従来の「境界型防御」では守れなくなり、ゼロトラストの考え方が普及してきました。
その為、全ての通信を信頼せずに、通信を等しく疑って監視するという考え方、且つ、快適なリモートワーク、SaaS利用の観点も取り入れ、サービスを開発しました。

【こだわりの「ちょうどいい機能」とは？】

Secure Access Gatewayは、中堅・中小企業さま向けに機能をシンプルにしてわかりやすく提供できるサービスになります。
多機能を提供せずに、中堅・中小企業さまが必要とする"ちょうどいい"機能を提供します。
その為、大手企業が導入してるソリューションのような複雑な設定はできません。

3つの特長

◆"ちょうどいい"セキュリティ機能
SaaS利用時に必要なセキュリティを提供
・DNSセキュリティ（3月提供開始）
・ID運用管理（2021年度上期）
・セキュアWebゲートウェイ（2021年度下期）

◆ネットワーク機能
今までのノウハウを生かした、アクセス機能を提供
・リモートアクセス（提供中）
・SD-WAN（提供中）
・インターネット（提供中）

◆マネジメント機能
各機能を簡単購入・利用状況を一元管理機能を提供
・ダッシュボード機能（3月提供開始）

【担当者から一言】

社内説明会の様子
（3月1日リモートで開催）

まだ、2月に産声を上げた出来立てほやほやの新ブランドになります。これからも、お客さまに必要としている機能を開発していきます。
特に来年度以降、皆さまと一緒に「Secure Access Gateway」を盛り上げていきたいと思いますので、宜しくお願いします。

【今後の展開】

"ちょうどいい"機能でも記載しましたが、来年度以降は、新しいセキュリティやリモートアクセスを開発、提供していきます。
また、お客さまにより使いやすい機能を提供し、魅力あるサービスを作り上げていきます。

ラグビーニュース「つるや通信」

▲ページTOPに戻る

NTTPCの皆さま。
いつも温かい応援ありがとうございます。営業本部の鶴谷知憲です。

遂にラグビートップリーグ2021が開幕しましたね！
今回は現時点で終わっているシャイニングアークスの試合について簡単にレポートをお届けします！
（試合のスケジュールはこちら）

◆第一節　vs Honda HEAT

vs Honda HEAT
（フレッチャー・スミス）

ホンダはここ数年力をつけてきたチームで、フィジカルを活かして攻撃をしてくるチームです。
また、DFではかなり前に出てプレッシャーをかけてきます。
シャイニングアークスはDFでは相手のフィジカルに対してしっかり体を当てて止める事、攻撃ではスペースを見つけそこに有効な攻撃をするということにフォーカスしました！
前半からシャイニングアークスはゲームプラン通りに試合を進めていきました！
この試合のファーストトライを決めたのは新加入の10番フレッチャー・スミスでした。
彼の強みは何といってもテンポのいい攻撃！彼のテンポにホンダの選手達も対応しきれていなかったように思います。前半は19－13と6点差で終了。
点差だけを見ると接戦に見えますが、この日は風がすごく強くシャイニングアークスは前半風下だったので前半の戦いぶりはかなり良かったと思います！
後半は案の定終始シャイニングアークスのペース。
危なげなく試合を進め、最後は41－13というスコアで勝利しました！ ボーナスポイントも獲得する事が出来たのでかなり満足のできる試合だったと思います！

◆第二節　vs トヨタ自動車ヴェルブリッツ

vs トヨタ自動車
（チャン・ヨンフン）

トヨタ自動車は2017年、2018年と4位になっているチームで、シャイニングアークスはここで勝ってトップ4に向けて勢いをつけたかったところでした。結果は29－47で惨敗。
後半に一時は6点差まで詰め寄ったのですが、終始フィジカル面でプレッシャーをかけられ自分達の強みである攻撃を効果的に行えずに終わってしまった印象です。
また、この試合は前半からペナルティが多かったように思います。
この負けでシャイニングアークスは何を学んだのか。そしてここで出た課題をしっかり修正できるか。本当に強いチームはこの修正力が高いチームだと思います。
ここで落ち込んでいても意味がない！
1週間後には試合があるので今回出た課題をしっかり修正して試合に臨みたいと思います！

◆第三節　vs クボタスピアーズ

vs クボタスピアーズ
（前田土芽）

前回出た課題を出来る限り修正して臨んだクボタ戦。
練習試合では勝っていた相手だけにシャイニングアークスは自分達のラグビーをしっかりできたら勝てるという自信がありました。しかし結果は24－34で負け。
試合が終わって感じたことは、「クボタはシャイニングアークスについてかなり分析してきたな」という印象。
もちろんシャイニングアークスも分析して試合に臨みましたが、クボタはそれを上回ったということでしょう。
千葉ダービーということもあり、毎年お互い特別な思いがあるのでかなり悔しいです。

ここまで1勝2敗。
想定外の結果ではありますが、ここから本来のシャイニングアークスを取り戻せるように頑張っていきます！
最終的にはトーナメントで勝ち上がってトップ4に入れるように頑張ります！
引き続きシャイニングアークスのサポートを宜しくお願い致します！
↓サポクラ詳細はこちらから↓
https://www.shiningarcs.com/

短期集中講座（法務考査発！）

▲ページTOPに戻る

★社内限定コンテンツ★

CSRの森

▲ページTOPに戻る

＜英語クラブ　参加者募集！＞

オンライン英会話、開催していまーす！！

日程は英語クラブのteamsか堀内までお問い合わせください。

家からリラックスして、飲んだり食べたりして、ご家族も一緒にどうぞ。
講師はおなじみ、日本語ペラペラのネイティブ、リチャードせんせっ！

【開催スケジュール】
★場所：Teamsにて開催（毎回、同じURLです）
◇4月21日（Wed）18:00-20:00
◇5月19日（Wed）18:00-20:00
◇6月16日（Wed）18:00-20:00

【参加費のご負担について】
英語クラブもサークル運営の規約に従い、1回200円の参加費を頂戴します。
ご理解のほど、よろしくお願いします。

サクライ図書館　今月のおすすめ

▲ページTOPに戻る

人気のこのコーナーも今回で最終回。
最終回は、サクライ館長（法務・桜井主査）が最も影響を受けた歴史の書籍を紹介します。
長きに渡りお読みくださった皆さま、ありがとうございます！

【館長プロフィール】
A型。さそり座。
名古屋生まれ。
インドア派で人見知り。
歴史好き。

このコーナーは、今回で最終回になります。
で、最終回は、若いころに影響を受けた歴史関係本の紹介です。
小学生のころから太閤記や太平記などを子供向けにリライトしたものや「マンガ日本の歴史」を図書館で借りて読んでいる子供だったのですが、この2冊はその後の歴史への興味を決定づけた作品です。

最初は「怨霊と縄文-梅原 猛（著）」です。
この本は、中学か高校の図書館で借りて読んだのが初見で、文庫が発売されたのを機に購入、今も本棚にあります。内容は梅原古代史の入門書といえるもので、最初に読んだ時の歴史に対する着眼点は衝撃的でした。
当時は学校で教科としてか、もしくは大河ドラマやNHKの歴史番組のようなテレビからの情報であり、その 視点は教科書的または現代的になりがちですが、この本を 読んで、同時代の人々の視点や歴史の流れから読み解くといった楽しさを知りました。

もうひとつは「銅鐸の謎-大羽 弘道（著）」です。
こちらも先の本とおなじような時期に読んだ本で、こちらは探せば実家にまだあると思います。
こちらは銅鐸に描かれた絵を文字であるとして、古代史の謎を解き明かすというものです。歴史の謎を解くことの楽しさをはじめて本格的に触れた作品になります。
同じ作者の「邪馬台国は沈んだ」も同時期に読んでいて、その後どっぷりと日本古代史の謎にはまって、さまざまな作品に手をだしていきました。

これらの本に書かれているハナシは、今では否定され、時代遅れ感の強いものですので、いまさら読む価値はほとんどない作品ですが、最終回ということで自分の思い出を語ってみました。

おまけ：「ヤマトの火」と「ヤマタイカ」
古代史関連での漫画で好きな作家のトップクラスに入る星野之宣の作品です。邪馬台国の謎をメインに、神武東征、縄文と弥生、銅鐸、伊勢神宮に三種の神器と日本古代史の謎をたっぷりと盛り込んだうえで、宝物を求める旅に呪術と剣での戦い、さらには戦艦大和までもが登場するという現代を舞台にしながらの王道ファンタジーっぷりが大好きです。
ヤマトの火は途中打ち切りになって、それを完成させたものがヤマタイカになります。

◇最終回のおすすめ◇

怨霊と縄文
（梅原猛 著）

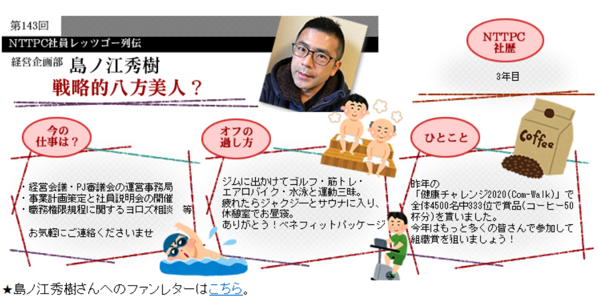
銅鐸の謎
（大羽弘道 著）

ヤマトの火、ヤマタイカ
（星野之宣 著）

NTTPCドキドキリレー

▲ページTOPに戻る

盛り上がってまいりました！
もっと多くの方の顔をPCアイに！というわけで、リレー方式で色々な方を紹介していきます。
主役はもちろん、ここで働く皆さんです。次回は誰が登場するかはお楽しみ！



★島ノ江秀樹さんへのファンレターはこちら。

▼「NTTPCドキドキリレー」バックナンバーはこちら▼

ドキドキ 次はこの方が指名されました ▶ 営業本部　第三営業部　野田徹夫さん
※PCアイ編集部からの連絡をお待ちください！！

ビバ！ヘルシーライフ

▲ページTOPに戻る

◆ストレッチの効果について

毎週金曜日（または水曜日）にshiningarcsの鶴谷ツインズの兄、知憲くんとOBである 沼尻くんと15分程度でオンラインストレッチを開催しております。
そこで今回はストレッチについてどのような効果があるのか解説します。

【ストレッチの種類】
ストレッチの種類は、大きく分けて2つ。

【1】静的ストレッチ（スタティックストレッチ）
反動利用せずにゆっくりと筋を伸張するストレッチです。
筋肉を伸ばした状態で反動をつけず、一定時間保持（30秒～45秒程度）することで、筋肉の緊張をやわらげ、柔軟性の向上や関節可動域の拡大などの効果が得られます。
また、深呼吸を入れながら実施することで副交感神経を刺激し、リラックスさせる効果もあります。

【2】動的ストレッチ（ダイナミックストレッチ、バリスティックストレッチ）
静的ストレッチとは違い、リズミカルに、ときには反動動作をつかって関節を通常の可動域以上動かし、目的とする筋を引き伸ばすストレッチです。ラジオ体操も、動的ストレッチングの1つです。
動的ストレッチにもダイナミックストレッチ、バリスティックストレッチの2つがあります。

◆「ダイナミックストレッチ」：
拮抗する筋肉の収縮を促して対象の筋肉を伸ばしていくストレッチです。
伸ばしたい筋肉と反対の作用をもつ筋肉を収縮させて対象の筋肉の柔軟性を高めたり、実際の運動を模した動作を取り入れることで筋群の協調性を高めることができるストレッチです。
ブラジル体操やマエケン体操がダイナミックストレッチになります。

◆「バリスティックストレッチ」：
筋を伸ばした状態から、リズミカルに反動を利用しに筋を伸張するストレッチです。
ウォーミングアップの途中など、ある程度、身体を動かしてから行うことがいいとされています。体育の時間に「アキレス腱を1、2、3…」などは、バリスティックストレッチになります。

【ストレッチの使い分け】
◆静的ストレッチ：運動後、寝る前
◆動的ストレッチ：運動前

【なぜ使い分けが必要なの？】
運動前に「静的ストレッチ」をやると、必要以上に可動域や柔軟性が向上され筋発揮の低下や、パフォーマンスの低下に繋がってしまうこともあります。
なのでどうしても身体の硬さを感じる場合は1つの部位を5秒くらいの短さで伸ばしてあげるとよいです。
運動後は使った筋肉をほぐしてあげるために静的ストレッチをしましょう（だいたい1部位30秒くらい）

テレワークや外出自粛等でどうしても自宅にいる時間が長くなり、身体を動かす機会も少なくなりがちですが、運動をする時間がなかったりする方もストレッチなどのケアをするだけでも身体の状態は全然違うので、毎日ストレッチする習慣をつけましょう！

◇お問い合わせ：総務・厚生担当（野沢・角谷）

エトセトラ（あんなこと、こんなこと）

▲ページTOPに戻る

◎テレビ番組「企業魂（TOKYO MX系）」で紹介されました。（3月6日）

企業魂HP

PCアイ1月号にて紹介した、Digicom2020で最優秀賞を受賞した「SpaceTech」のチームがテレビ番組「企業魂」で紹介されました。
DigiCom2020の入賞チーム4チームのインタビューと、イノベーションセンター長の稲葉さん、DigiCom事務局の渡辺さんのインタビューを収録しています。
番組はNTT Com含め4社（それぞれ5分ずつの映像）が1番組として放送されました。
NTTPCの阪野さんはチームメンバーとして、途中の映像で登場しています。
見逃してしまった方は、番組サイトよりアーカイブ視聴が可能です。
ぜひご覧くださいませっ！

経営会議より

▲ページTOPに戻る

★社内限定コンテンツ★

PCアイ閲読率

▲ページTOPに戻る

▼2月号の閲読率：全社平均64.0%（2月19日～3月18日調べ）
（前々月号閲読率：57.4%）
※社員・派遣社員が対象です。

（1位）総務：94.1% （1月号：66.7%）	（2位）経企：70.8% （1月号：62.5%）	（3位）テクオペ：66.9% （1月号：53.7%）
（4位）営本：61.9% （1月号：68.0%）	（5位）サビクリ：56.9% （1月号：51.3%）	

アンケート♪

▲ページTOPに戻る

PCアイをより良くしていくために、お手数ですがアンケートへご協力をお願いします！
（個人特定はしておりませんっ）

【Q1】PCアイで紹介したい案件・活動・施策がありましたら教えてください！

【Q2】PCアイへのご意見・ご感想（「もう少しこうした方がいいよ！」など）をお願いします！

【Q3】「突撃レポート！美人広報員が行く！」で突撃して欲しい方がいらっしゃいましたら、部署名・お名前をご記入ください。

【Q4】PCアイ編集部より返信が必要な方は、部署名・お名前をご記入ください。

いいね・参考になった・アンケート送信！

発行：PCアイ編集部

◇編集後記◇

「明日は我が身」

現在、情報セキュリティ基礎研修の案内が掲示板に出ている。
今回はなんというか少しコミカルで、横浜CISOのメッセージからすでにインパクト大！
研修ビデオもヘタウマなアニメで展開し、使っている語彙もわかりやすくてちょっと面白い。
運営側の努力が伝わってくる作品（？）と感じた。
NTTPCでも独自の「標的型攻撃メール訓練」など不定期に行われ、「明日は我が身」と実感してしまう。
加齢とともに、いろいろと衰えてくるが、自分がインシデントの発生源にならないように気を引き締めたい。

「富山県出身だけど、横浜だ」って。笑（S）

PCアイへのご意見、ご感想、情報提供はお気軽にPCアイ編集部までどうぞ

[許可なく転載、転送することを禁じます]
Copyright©2021 NTT PC Communications Incorporated, All Rights Reserved.