

松本市の景気動向

— 中小企業景気動向基本調査 —

【令和4年9月】

■調査概要（データ対象期間：令和4年9月1日～9月30日）

○調査期間：令和4年9月28日～令和4年10月20日

○調査対象：市内中小企業200企業に対して郵送等によるアンケート調査

○回収状況：建設業19企業、製造業19企業、卸売業12企業、小売業24企業

飲食業15企業、サービス業39企業（運輸、不動産仲介業を含む）

<合計128企業>

○調査項目：9月の売上・仕入・営業利益・受注量・受注単価・販売(客)数・販売(客)単価

状況向こう3ヵ月の業況見通し（DI値を集計）

(注)DI(Diffusion Index)値は、売上などの各項目についての判断の状況を示す。ゼロを基準と

して、プラスの値で景気の上向きを表す回答の割合が多いことを示し、マイナスの値で景気の下

向き傾向を表す回答の割合が多いことを示す。従って、売上高などの実数値の上昇率を示す

ものではなく、強気・弱気などの景気感の相対的な広がりを意味する。

※DI=(増加・好転などの回答割合)-(減少・悪化などの回答割合)

松本市・松本商工会議所

概況

業況DIはプラス幅が拡大し、水準DIはマイナス幅の縮小

1. 業況判断

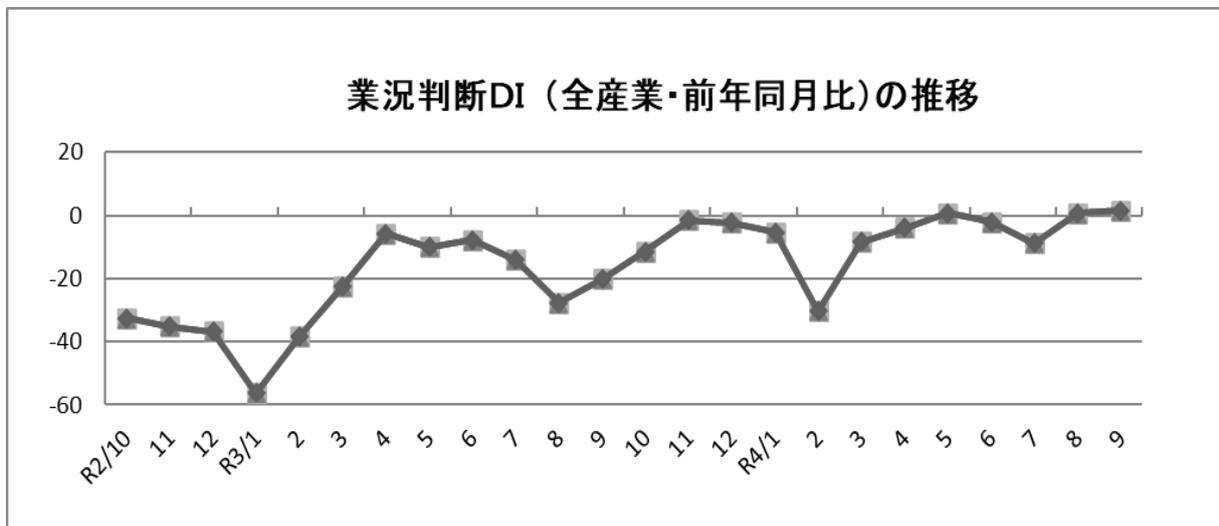
- 全産業合計の業況DI(前年同月比ベース)は、前月(0.8)よりプラス幅が0.7ポイント拡大し、1.5となった。業種別では、卸売業はプラス幅が拡大し、飲食業はプラス幅が縮小した。サービス業はプラスから0になり、小売業、製造業はマイナスから0になった。建設業はマイナス幅が拡大した。
- 全産業合計の水準DIは、前月(▲24.2)よりマイナス幅が7.0ポイント縮小し、▲17.2となった。業種別では、卸売業がマイナスからプラスに転じた。小売業、製造業、建設業はマイナス幅が縮小した。サービス業、飲食業はマイナス幅が拡大した。

業況判断DI

	業況[前年同月比]				今月の水準			
	好転%	不変%	悪化%	DI	良い%	普通%	悪い%	DI
合計	20.3 (21.8)	60.9 (57.2)	18.8 (21.0)	↑ 1.5 (0.8)	15.6 (12.1)	51.6 (51.6)	32.8 (36.3)	↑ ▲17.2 (▲24.2)
建設業	5.3 (5.3)	73.6 (78.9)	21.1 (15.8)	↓ ▲15.8 (▲10.5)	5.3 (5.3)	78.9 (68.4)	15.8 (26.3)	↑ ▲10.5 (▲21.0)
製造業	21.1 (17.6)	57.8 (58.9)	21.1 (23.5)	↑ 0.0 (▲5.9)	21.1 (11.8)	31.5 (35.3)	47.4 (52.9)	↑ ▲26.3 (▲41.1)
卸売業	25.0 (33.3)	75.0 (50.0)	0.0 (16.7)	↑ 25.0 (16.6)	33.3 (16.7)	41.7 (41.6)	25.0 (41.7)	↑ 8.3 (▲25.0)
小売業	25.0 (9.5)	50.0 (57.2)	25.0 (33.3)	↑ 0.0 (▲23.8)	29.2 (14.3)	33.3 (42.8)	37.5 (42.9)	↑ ▲8.3 (▲28.6)
飲食業	40.0 (40.0)	33.3 (46.7)	26.7 (13.3)	↓ 13.3 (26.7)	13.3 (20.0)	53.4 (53.3)	33.3 (26.7)	↓ ▲20.0 (▲6.7)
サービス業	15.4 (27.5)	69.2 (52.5)	15.4 (20.0)	↓ 0.0 (7.5)	5.1 (10.0)	61.6 (57.5)	33.3 (32.5)	↓ ▲28.2 (▲22.5)

()内は前月データ

※「業況[前年同月比]」…前年同月の業況との比較による回答の集計
「今月の水準」…事業主の方の主観による回答の集計

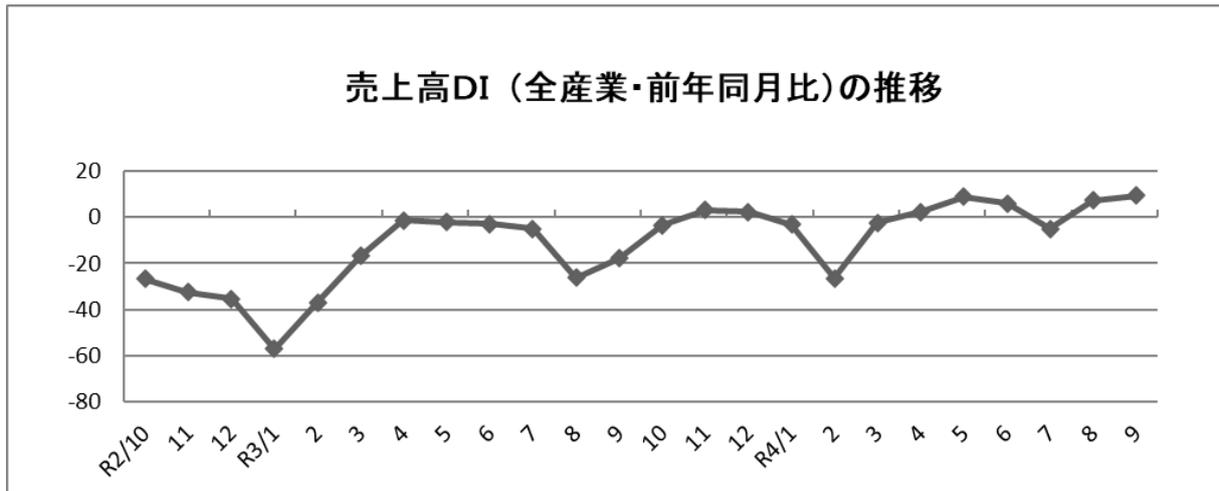


2. 売上高DI（前年同月比）

○全産業合計の売上高DIは、前月(7.2)よりプラス幅が2.2ポイント拡大して、9.4となった。業種別に見ると、卸売業、製造業はプラス幅が拡大し、飲食業はプラス幅が縮小した。サービス業はプラスから0になった。小売業はマイナスからプラスに転じ、建設業はマイナスのまま横ばいであった。

【対前年同月比売上高業種別DIの推移】

	R3年9月	10月	11月	12月	R4年1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月
全体	▲17.9	▲3.5	3.0	2.3	▲3.1	▲26.5	▲2.3	2.4	9.0	6.0	▲4.9	7.2	9.4
建設業	22.2	▲4.5	15.8	▲5.5	▲15.8	▲23.8	▲25.0	▲15.8	▲19.1	▲21.0	▲36.8	▲10.5	▲10.5
製造業	4.6	10.0	▲5.2	▲5.0	10.5	▲52.7	0.0	▲16.6	▲10.0	5.5	▲12.5	5.9	15.8
卸売業	0.0	7.7	9.1	8.3	40.0	40.0	23.1	54.5	23.1	25.0	0.0	33.4	58.3
小売業	▲45.9	20.9	13.0	9.1	4.4	▲28.0	4.2	4.5	26.1	▲3.9	0.0	▲9.5	4.2
飲食業	▲61.1	▲17.6	5.3	16.6	▲50.0	▲80.0	▲35.3	0.0	7.2	11.8	5.9	33.4	20.0
サービス業	▲17.5	▲20.5	▲7.1	▲2.5	0.0	▲12.0	9.8	5.0	19.0	17.0	4.8	7.5	0.0

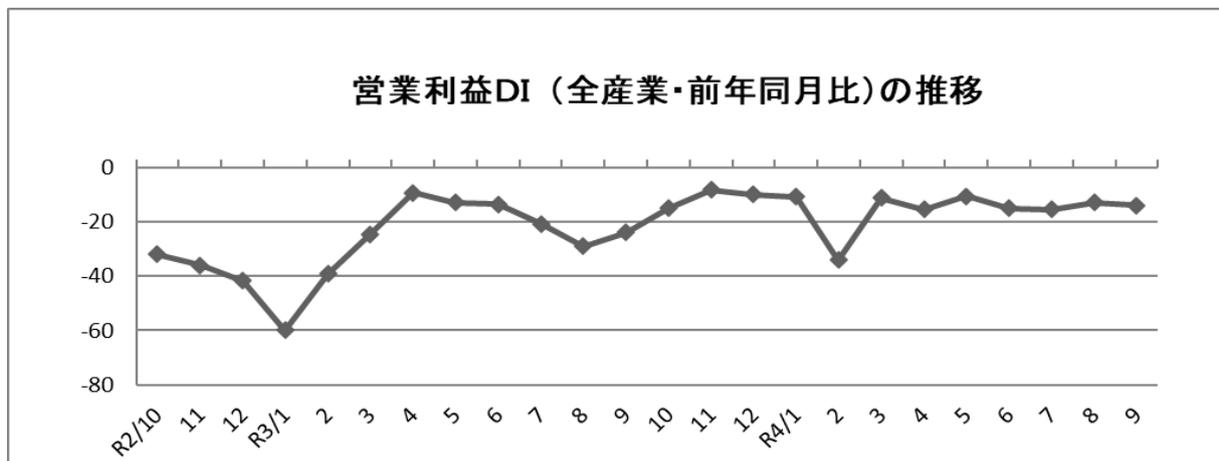


3. 営業利益DI（前年同月比）

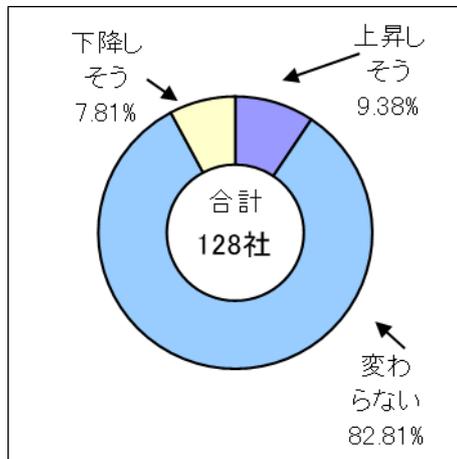
○全産業合計の営業利益DIは、前月(▲12.9)よりマイナス幅が1.2ポイント拡大して、▲14.1となった。業種別に見ると、卸売業はプラスのまま横ばいであった。サービス業は0からマイナスになった。小売業はマイナス幅が縮小し、建設業、製造業、飲食業はマイナス幅が拡大した。

【対前年同月比営業利益業種別DIの推移】

	R3年9月	10月	11月	12月	R4年1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月
全体	▲23.9	▲15.0	▲8.3	▲10.0	▲10.8	▲34.1	▲11.3	▲15.4	▲10.6	▲15.0	▲15.4	▲12.9	▲14.1
建設業	5.6	▲22.7	▲5.2	▲27.8	▲21.0	▲23.8	▲30.0	▲31.6	▲38.1	▲36.8	▲31.6	▲21.0	▲26.3
製造業	▲4.5	▲20.0	▲15.7	▲35.0	▲10.6	▲57.9	▲11.1	▲44.5	▲50.0	▲27.8	▲25.0	▲23.6	▲36.8
卸売業	0.0	7.7	▲9.1	0.0	30.0	0.0	▲7.7	27.3	15.4	▲8.3	▲9.1	25.0	25.0
小売業	▲50.0	4.2	4.3	0.0	0.0	▲16.0	4.1	0.0	8.7	▲23.1	▲27.8	▲42.9	▲4.2
飲食業	▲66.7	▲29.4	▲21.0	16.6	▲56.2	▲80.0	▲47.0	▲21.5	▲21.5	▲11.8	▲11.8	▲13.3	▲33.3
サービス業	▲20.0	▲20.4	▲7.1	▲10.0	▲4.7	▲31.0	2.4	▲12.5	7.1	2.4	▲2.4	0.0	▲7.7



◇ 向こう3カ月の見通し ◇

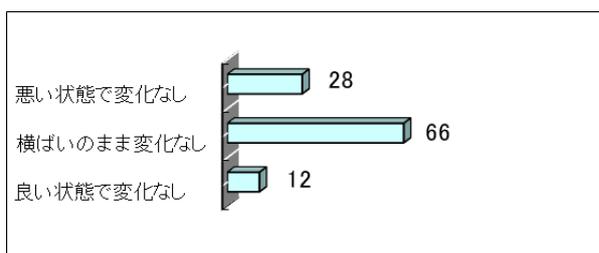


○令和4年10月～令和4年12月の見通しDIは、「上昇しそう」が前月の調査に比べ1.10ポイント下降し9.38%、「下降しそう」が2.67ポイント下降し7.81%となった。業種別の見通しDIは建設業(0.0)、製造業(0.0)、卸売業(0.0)、小売業(▲4.2)、飲食業(6.7)、サービス業(5.1)であった。

➡「上昇しそう」では「新規の引き合いが増えているため」(製造業)「秋の紅葉シーズンによる旅行客の来店、クリスマス商品の売上に期待しているため」(新型コロナウイルス感染症との共生で、経済を元に戻すようになってきているため)(小売業)「売上金額は如何かと思うが、お客様が戻り始めているため」(飲食業)「新型コロナウイルス感染症も少し収まってきており、旅行意欲も高まっているため」(新型コロナウイルス感染症の影響が収まりつつあるため)「職業訓練応募者数が微増に転じたため」(サービス業)といった声が寄せられた。また「全国旅行支援が始まるため」といった声が多数寄せられた。

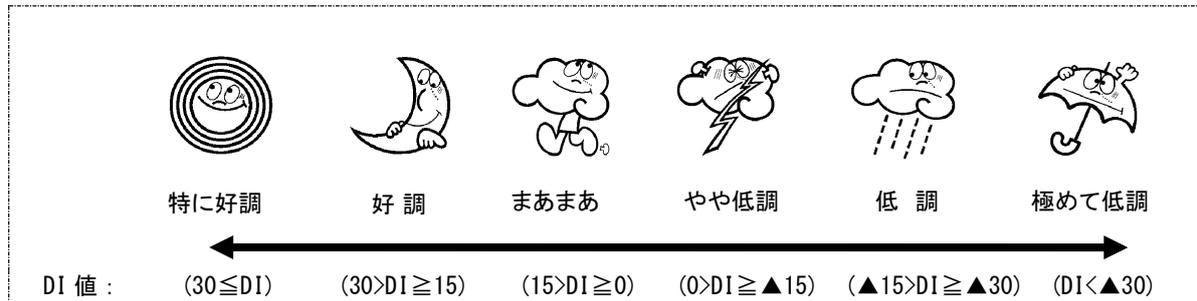
➡「変わらない」では「全ての技術者が工事を待っているので当分新規工事は受注できないため」(建設業)「材料費だけでなく諸々の委託業務費用の値上げが来ているため」(受注は増加傾向だが、原材料のコストが上昇しているため)(製造業)「商品は間に合いだしたが値上げせざるを得ないため」(卸売業)「引き合いはあるが、当面大型のプロジェクトが見込めないため」(サービス業)といった声が寄せられた。

➡「下降しそう」では「受注状況が低迷しているため」(製造業)「地銀の合併の発表で企業からの注文控えが有りそうのため」(季節的に人が動かないため)(飲食業)「世の中が不安定なため」(サービス業)といった声が寄せられた。また「資材やエネルギーコストが高騰しているため」といった声が多数寄せられた。

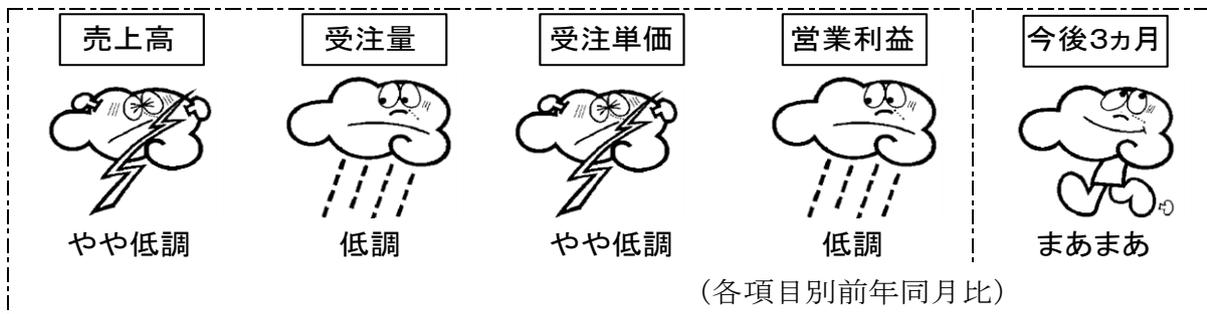


業種別景況

<DI | 君の景況判断>



1. 建設業



【項目別DIの推移】

	R3年9月	10月	11月	12月	R4年1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月
売上高	22.2	▲ 4.5	15.8	▲ 5.5	▲ 15.8	▲ 23.8	▲ 25.0	▲ 15.8	▲ 19.1	▲ 21.0	▲ 36.8	▲ 10.5	▲ 10.5
受注量	0.0	0.0	▲ 5.3	▲ 38.9	▲ 31.5	▲ 42.9	▲ 30.0	▲ 21.0	▲ 23.8	▲ 15.8	▲ 31.6	▲ 5.3	▲ 15.8
受注単価	▲ 5.6	▲ 9.1	5.3	▲ 11.1	▲ 15.8	▲ 19.0	▲ 10.0	10.5	▲ 4.7	5.3	▲ 10.5	▲ 5.3	▲ 5.2
営業利益	5.6	▲ 22.7	▲ 5.2	▲ 27.8	▲ 21.0	▲ 23.8	▲ 30.0	▲ 31.6	▲ 38.1	▲ 36.8	▲ 31.6	▲ 21.0	▲ 26.3
見通し	11.1	▲ 4.5	▲ 5.3	▲ 5.5	▲ 15.8	▲ 19.0	▲ 5.0	0.0	▲ 4.7	10.5	0.0	0.0	0.0

<経営者の目・見方・e t c >

土木工事

・建設市場が全般的に低調であるので関連産業も業況は低迷している。第三四半期の工事受注に不安がある。

電気工事

・景気回復のため、消費税の減税が必要だと考えている。
 ・建設業全体が安定しないため、何かしらの影響が未だに出ている。一刻も早い安定を望んでいるが世の中が良くなならない限り今の状況を打破できない。

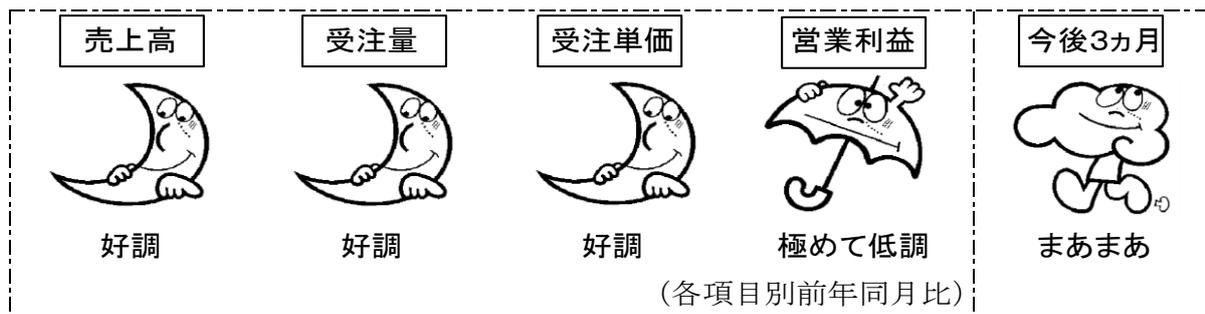
鉄工

・仕入価格の高騰が止まらない。

建設業

・材料単価が高騰しているが、設計単価への反映がされておらず、本来見込めるはずの利益を圧迫している。公共工事の発注量が減少傾向にあるので、今後の仕事の確保が不安である。

2. 製造業



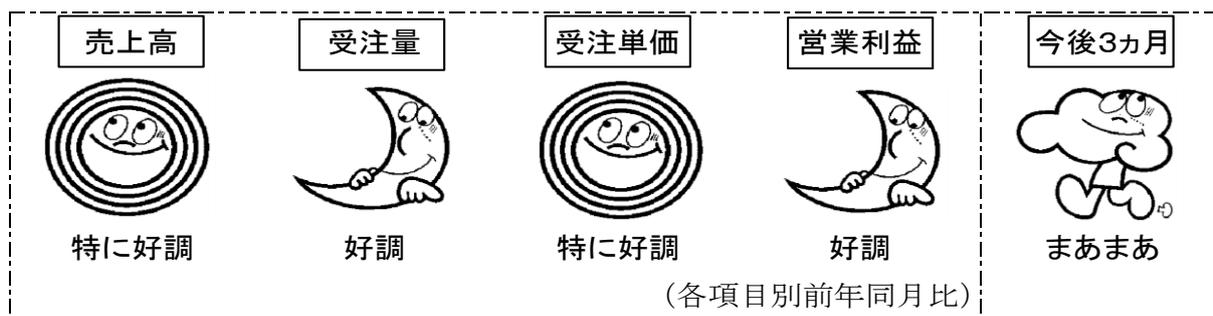
【項目別DIの推移】

	R3年9月	10月	11月	12月	R4年1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月
売上高	4.6	10.0	▲ 5.2	▲ 5.0	10.5	▲ 52.7	0.0	▲ 16.6	▲ 10.0	5.5	▲ 12.5	5.9	15.8
受注量	4.6	10.0	▲ 5.2	▲ 10.0	5.2	▲ 47.4	5.5	▲ 22.2	10.0	11.1	▲ 25.0	▲ 11.7	15.8
受注単価	▲ 9.1	5.0	5.3	▲ 5.0	▲ 10.5	▲ 21.0	▲ 5.5	11.1	5.0	16.7	6.2	11.7	15.8
営業利益	▲ 4.5	▲ 20.0	▲ 15.7	▲ 35.0	▲ 10.6	▲ 57.9	▲ 11.1	▲ 44.5	▲ 50.0	▲ 27.8	▲ 25.0	▲ 23.6	▲ 36.8
見通し	▲ 9.1	▲ 20.0	▲ 36.8	▲ 20.0	▲ 15.8	5.3	▲ 22.2	▲ 16.7	▲ 5.0	5.5	▲ 12.5	5.8	0.0

<経営者の目・見方・etc>

- | | |
|----------|---|
| 精密機械 | ・業界によっては大きく景況感に差があるように感じる。部品不足も当面解消される見込みがないが、一部では引き合いが増えており、まだら模様の様相である。 |
| 精密機器組立 | ・部品の入荷状況が依然として悪いが、一部改善の傾向も見受けられる。今後のエネルギーコストの上昇が利益を圧迫する。 |
| 小型情報機器組立 | ・受注が増えてきているようだが、まだ先行きが不透明である。部品や材料の入荷が安定しない。 |
| 印刷 | ・クライアントによる安易な業者切り替えが依然として多く、価格転嫁が進まない事情がある。 |
| 紙器 | ・動きが活発になってきている。 |
| 金属塗装 | ・原材料、燃料費の高騰が利益率を圧迫しているが、9月はそれを上回る売上増のため利益が上昇した。 |

3. 卸売業



【項目別DIの推移】

	R3年9月	10月	11月	12月	R4年1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月
売上高	0.0	7.7	9.1	8.3	40.0	40.0	23.1	54.5	23.1	25.0	0.0	33.4	58.3
販売客数	▲ 25.0	7.7	9.1	▲ 16.7	10.0	▲ 10.0	7.7	18.2	7.7	16.7	▲ 27.3	16.7	25.0
販売客単価	0.0	23.1	36.4	8.3	40.0	20.0	30.8	36.4	38.5	41.7	9.1	41.7	50.0
営業利益	0.0	7.7	▲ 9.1	0.0	30.0	0.0	▲ 7.7	27.3	15.4	▲ 8.3	▲ 9.1	25.0	25.0
見通し	16.7	7.7	▲ 9.1	▲ 25.0	0.0	10.0	0.0	▲ 9.1	0.0	8.4	▲ 18.2	▲ 16.7	0.0

<経営者の目・見方・e t c>

青果

・物価高に伴い高いものについては動きがいまひとつである。秋野菜は例年並の価格水準であり、果実はぶどう類がピークを迎えている。りんごも中生種が始まり、県内産の果実が美味しい時期になってきている。

魚介類

・宴会需要が回復しておらず、夜8時以降の市内の賑わいが無い。

土産品

・シルバーウィークがあり多くの観光客が訪れた。売上も好調を維持している。このままの状態が続いてほしいと願うばかりである。

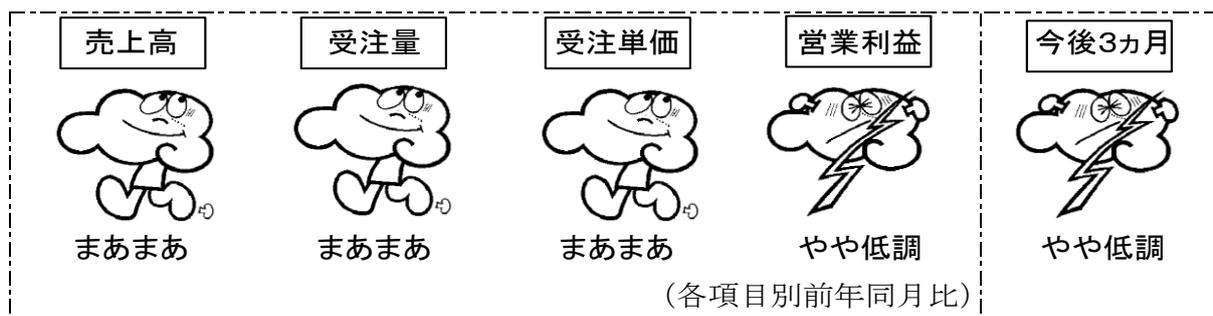
金属製品

・高炉メーカーは強気、電炉メーカーは横ばい、流通は弱含みの状態である。産機、建機は依然横ばい推移であるが、年末に向けて自動車の回復度合いにより状況は変わってくる。先行不透明感がある中、加工屋は材料高騰や加工賃見直しを各親会社へ価格交渉している状況である。

自転車

・輸入商品は大幅な値上げが続いている。ロシア関連の商品は今年入らない。

4. 小売業



【項目別DIの推移】

	R3年9月	10月	11月	12月	R4年1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月
売上高	▲ 45.9	20.9	13.0	9.1	4.4	▲ 28.0	4.2	4.5	26.1	▲ 3.9	0.0	▲ 9.5	4.2
販売客数	▲ 50.0	8.3	13.1	0.0	▲ 4.4	▲ 32.0	▲ 4.2	4.6	17.4	▲ 15.4	▲ 33.3	▲ 9.6	4.1
販売客単価	▲ 20.9	4.2	▲ 13.1	27.3	0.0	4.0	16.7	0.0	8.7	▲ 11.5	▲ 11.1	4.8	0.0
営業利益	▲ 50.0	4.2	4.3	0.0	0.0	▲ 16.0	4.1	0.0	8.7	▲ 23.1	▲ 27.8	▲ 42.9	▲ 4.2
見通し	0.0	12.5	▲ 8.7	▲ 27.3	4.3	▲ 12.0	0.0	4.6	8.7	▲ 11.5	▲ 27.7	▲ 9.5	▲ 4.2

<経営者の目・見方・e t c>

洋菓子店

・新型コロナウイルス感染症の影響が落ち着いてきた印象もあり、テイクアウト需要も少し低くなっている気がする。生菓子より焼菓子の方が多く売れているため、人と会う機会が増えているのではないかと思う。

和菓子

・全てのものが値上がりしており非常に困っている。値上がり分を商品の価格に上乗せすることができず非常に苦労している。

生鮮食品

・台風が来て雨が降り静かな日もあったが、敬老の日、秋分の日と人出も多く終わってみれば前年よりも良かった。

パン

・秋の行楽シーズンということで、観光地からの注文も増えている。

化粧品

・物価の上昇は業種を超えて小売業にも影響してきている。

スポーツ用品

・コロナ禍以前に戻りつつある。

ガラスサッシ

・コロナ禍では支援金が出たが、今日の物価高に対する支援金のようなものを困っている企業に出すことを検討してほしい。

5. 飲食業



【項目別DIの推移】

	R3年9月	10月	11月	12月	R4年1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月
売上高	▲ 61.1	▲ 17.6	5.3	16.6	▲ 50.0	▲ 80.0	▲ 35.3	0.0	7.2	11.8	5.9	33.4	20.0
販売客数	▲ 66.7	▲ 23.5	10.5	16.6	▲ 62.5	▲ 86.7	▲ 35.3	7.2	0.0	11.8	11.8	20.0	13.3
販売客単価	▲ 44.4	▲ 29.4	▲ 10.5	5.5	▲ 37.5	▲ 53.3	▲ 35.3	▲ 7.2	0.0	▲ 5.9	▲ 11.7	6.7	▲ 6.7
営業利益	▲ 66.7	▲ 29.4	▲ 21.0	16.6	▲ 56.2	▲ 80.0	▲ 47.0	▲ 21.5	▲ 21.5	▲ 11.8	▲ 11.8	▲ 13.3	▲ 33.3
見通し	0.0	5.9	▲ 5.2	▲ 33.3	▲ 43.8	13.3	11.8	7.2	7.1	11.8	▲ 11.8	▲ 20.0	6.7

<経営者の目・見方・etc>

料理

・観光客の増加により、売上水準はコロナ禍以前に戻りつつある。社用の宴会需要が回復しておらず、コロナ禍の影響か、商習慣にも変化をもたらしているのか夜の外食機会は減少している。

・9月の前半はお客様がほとんど来なかったが、後半には松茸などのキノコ類を食べにお客様が来店された。

創作料理

・新型コロナウイルス感染者数が随分と落ち着いてきたが、それに平行して予約はなかなか増えてくれない。コロナ禍以前に戻るにはまだまだ時間がかかりそうである。10月の予約は入り始めたが、少人数のものがほとんどで10人以上の予約は当分動き出さないと予測している。第8波とインフルエンザの同時発生も心配される。少しでも明るい話題が欲しい。

そば

・9月の前半は良かったが、2回の連休が天候不順で比較的静かであった。今後、第8波、円安や物価高の影響が懸念される。

寿司

・連休など特定の日を中心に観光客の来訪も大分戻ってきている感はあるが、特に平日の駅前の人出は未だに寂しく、売上も相応になっている。地元のお客様も週末を中心に戻りつつあるが遅い時間帯は依然として閑散としているのが現状である。ただし、昼間の時間帯や郊外の店舗はコロナ禍以前を超える日も出てきており、徐々に水際対策緩和の効果も見えつつある。

・コロナ禍以前の売上には程遠いがそれでもなんとなく雰囲気は良い気がする。ただ食材等の値上がりやひびき営業利益があまり上がらない。価格を見直したいが、時期的なこともあり難しい。早く円安が収まってほしい。

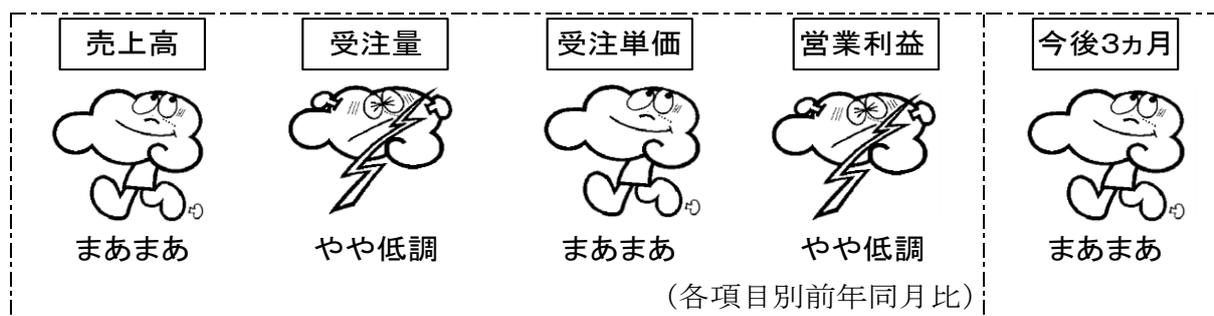
食堂

・1年前より家族連れの来店が増え、連休中は予約も増えた。このまま続いてほしいと感じている。

・新型コロナウイルス感染症の影響が続いているが、三連休が2回もあり売上は回復した。連休中のイオンモール周辺は混雑した。

・9月上旬には新型コロナウイルス感染者数が多く、人出に影響があると思われたが、週末などは来店客数が増加している。後半の17～19日、23～25日の連休は大勢の来店があり、一組の客数も多くグループでの来店も増加している。旅行を控えていた方々が外に出始めたようである。

6. サービス業



【項目別DIの推移】

	R3年9月	10月	11月	12月	R4年1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月
売上高	▲ 17.5	▲ 20.5	▲ 7.1	▲ 2.5	0.0	▲ 12.0	9.8	5.0	19.0	17.0	4.8	7.5	0.0
販売客数	▲ 17.5	▲ 27.3	▲ 14.3	▲ 10.0	4.7	▲ 23.8	▲ 4.8	▲ 2.5	11.9	7.4	2.4	7.5	▲ 2.6
販売客単価	▲ 10.0	▲ 22.8	▲ 4.8	▲ 12.5	▲ 2.3	▲ 14.3	0.0	0.0	0.0	7.3	▲ 2.4	2.5	5.1
営業利益	▲ 20.0	▲ 20.4	▲ 7.1	▲ 10.0	▲ 4.7	▲ 31.0	2.4	▲ 12.5	7.1	2.4	▲ 2.4	0.0	▲ 7.7
見通し	10.0	▲ 13.7	▲ 7.2	▲ 17.5	▲ 20.9	2.3	2.5	15.0	9.6	4.9	7.1	15.0	5.1

<経営者の目・見方・etc>

旅館

・9月は昨年度より売上が上がったが、コロナ禍以前までは回復しなかった。予約も増えてきているが人手不足により予約全部を受け入れられない。

温泉旅館

・全般的には良かったと思う。信州割SPECIALの効果がかなり大きく、10月からは全国旅行者支援が始まるので期待できる。ただし、割引の補助がなくなった後は、物価高と相まってかなり厳しい環境が待ち受けているので、それを考えるといまから手放しで喜んではいけない。不安が尽きない日々である。

観光旅館

・全体的に見ると宿泊客が多くなった。しかし、食材の小売単価が高くなり喜んでばかりではいけない。

・スタッフの新型コロナウイルス感染による一時休業、連休の度に台風が襲来するなど大変な月であった。昨年の9月に比べると、入り込みは多くなったが、期待していたほどではなかった。信州割SPECIALの効果は少しあり、特に早くに入金していただき非常に助かった。秋の紅葉シーズンはすでに予約が入っており、全国旅行支援は手続きが大変だと思われる。また、個人の外国人観光客は円安もあり多くなると思われるが、11月中旬で営業が終わってしまうので残念である。

ホテル

・宿泊は2019年度の80%以上まで戻った。しかし大人数の宴会が戻らない。少人数の宴会は多少動き出したが、個食、アクリル板の設置等々人件費がかさむ。

宿泊

・新型コロナウイルス感染症の第7波が少しずつ落ち着いてきており、客足が戻ってきているように感じる。

ホームクリーニング・リネンサプライ業	<ul style="list-style-type: none"> ・売上はコロナ禍以前に戻りつつあるが、原油をはじめとする石油精製品の価格上昇が製造原価を引き上げ苦しい状況が続いている。また、この状況がいつまで続くのか先が見えず非常に不安である。
ビル・住宅総合メンテナンス	<ul style="list-style-type: none"> ・今現在は円安の影響が目立ってあるわけではないが、これから冬に向かって暖房、ガソリンなどすべてのランニングコストのアップ、賃金のアップ等じわじわと影響が顕著に数字に現れてくると感じている。それなりの対応をしっかりと考え行動していかないといけないと感じている。
機械設計	<ul style="list-style-type: none"> ・仕事量は多いが購入部品の入手が厳しい。半年から1年以上かかるものもある。
自動車整備・板金塗装	<ul style="list-style-type: none"> ・業績全般は悪くないが、円安や材料費の高騰などこれから先、気になるところが多く先行きが不安である。ガソリンも全く安くなってこない。政府の介入に期待したい。
タクシー	<ul style="list-style-type: none"> ・連休もあり前月よりも客数は増えてきた。地域クーポンを利用してのお客様が多くなってきた。
ソフトウェア	<ul style="list-style-type: none"> ・インボイス制度の施工は請求書等のレイアウトに係るため、軽減、一般税率が混在するユーザだと特に影響が大きい。コロナ禍のため今となっては十分にシステム投資に回す余裕がなく、すべきことをいまやるのではなく、今できることをやっておく選択が必要であったと実感している。