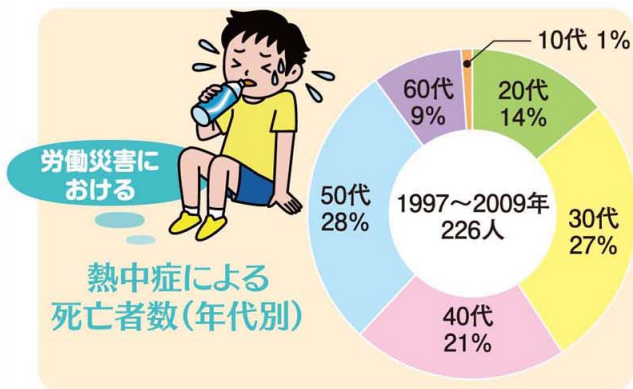


熱中症対策

皆さんこんにちは!少しずつ日差しが多くなってきましたが、体調管理は万全ですか?

最近は熱中症が5月から発症したり、以下の図のように年代問わず発症します。しっかり熱中症対策をして元気にお仕事しましょうね。



熱中症の危険性は日常生活にも潜んでいるので、こまめな(15～30分毎)水分補給、服装で体温を調整するなど、しっかり対策していきましょう! さらにシーズンを通して、暑さに負けない体づくりを続けましょう。

POINT

1. 「水分を」こまめにとろう
2. 「塩分を」ほどよく取ろう
3. 「睡眠環境を」快適に保とう
4. 「丈夫な体を」つくろう

都工業恒例の熱中症対策「塩飴&梅干し」も準備しています。

Monthly Photo



この度、クライアントから感謝状をいただきました。当社の人材サービスを通じて業績に貢献できたこと、社員一同本当に喜んでおります。これからも末長く宜しくお願いします。

お友達紹介キャンペーン

お友達をご紹介します！
皆さんのお友達で今お仕事を探している方が居たら、是非この機会に紹介してください。詳しくは事務所に設置している**お友達紹介カード**をご確認ください。

**お友達が紹介した
カード**

**10万円
贈呈!!!**

無断であなたの仲間を勧誘する人はいない!!
あなたも仲間になってほしい!!

あなたが所属する企業に、
毎月必ず支払われる給与や賞与の金額が、
あなたの収入アップにつながる。

紹介していただいた場合は
“ご紹介謝金”をプレゼント!

株式会社 都立工業学校

都工業
求人専用フリーダイヤル

 0120-29-3607



優良派遣事業者

本社 愛知県豊田市清水町2-79-1 田園オフィス
TEL.0565-29-7077(受付時間/平日9:00~17:00)

働く人の笑顔創り



都工業の社内報

**MIYAKO
MAGAZINE**
Vol.131
2017.7

「クセはあるもの。」

皆さん、6月も一か月の勤務ご苦労様です。

私は読書が好きで良く本を読んだり、勉強をする機会があるのですが今月前半にある方から「人それぞれ、脳みその使い方にはクセがある。」というお話を聴いて凄く感動したので、その話の一部を紹介します。

例えば、同じものを見たり聞いたりしても、人それぞれ受け取り方や感じ方が違うのは、その人がちゃんと見ていなかったり、ちゃんと聞いていなかったりしているからではなく、人それぞれ脳みその使い方のクセが違うだけです、ということでした。これを知っていると、他人とのやり取りに無駄にイライラを感じたりすること也不再しますし、自分の脳みそのクセを知ること、自分自身のストレスもコントロールすることが出来るというお話でした。

自分に色々なクセがあること。自分以外の人にも同じく色々なクセがあること、そこを掴むと、日々上機嫌にすごせそうですね。

ちなみにいつも上機嫌に過ごす為のコツは、「最近自分にあった良かったこと」を朝起きた時に思い出すことだそうです。実践してみます。今月もありがとうございました。
7月上機嫌に過ごしましょう!(拡人)



安本拡人ブログ
★みやこマン★の「どんな時も、いつも上機嫌」
<http://ameblo.jp/tatsu-blog1>

TOPICS

ボウリング大会



6月10日(土)に美鳥里ボウルにて、第122回安全衛生推進委員会 安全決起大会を行いました。60名ほどのスタッフさんが参加し、どのチームもハイタッチや拍手などがたくさん聴こえ、とても盛り上がりました。表彰式では、たくさんの賞品も準備され、各チームごとの成績が発表されると拍手や笑いが巻き起こりました。中には何



十年ぶりにボウリングをやった人も…。また当日、ボウリング場は予約でいっぱい、老若男女問わず、楽しめるスポーツだということを実感しました。会長の総括の言葉にもありましたが、日ごろから運動をすることで体力がつき、疲れにくい体づくりができます。皆さん、これからも定期的に運動し、体力づくりを心がけましょう!



予告

次回の安衛会は…

日時 7/8(土)

13:30~15:30

場所 eieパステル研修室

テーマ 運転時の死角を知って

事故ゼロを
目指そう



次回の安衛会は、「運転時の死角を知って事故ゼロを目指す」です。普段、身近に走っていたり、運転したりする自転車ですが、ドライバーから見たらどこが死角になるのかみなさん知っていますか? 運転手だけでなく、歩行者や自転車利用者も危険箇所を知ることによって事故の予防に繋がります。安衛会で死角について学び、事前に事故を防いでいきましょう!

佳代さんの

ひとりごと

『減量』

膝が悪くなり、いつもの整形外科から厚生病院の整形外科にかかりました。そこで手術をするか相談するように言われました。私は内心手術さえすればピンピン歩け、走ることもできるんだと思っていました。しかし整形の先生に、「手術も大変だしその後のリハビリも大変なので、簡単に手術を考えずに自分の

足で歩くことを考えましょう。膝の負担を軽くするために体重を10kg落とさない。まずは5kgを目標に落としましょう」と言われました。内科に回され三週間の入院です。食事指導とリハビリ、一日1200kcalの食事です。今まで好きなものを好きなだけ食べていたツケがきました。生活習慣病を人ごとに思っていたツケです。退院後も1300kcalで一か月後に診察です。野菜中心の食事に切替毎日ノートに食べたものを書き体重計に乗ってはいますが苦戦しています。



佳代

HAPPY BIRTHDAY 7月

7月のおめでとう!
(日付順)



- | | | | |
|-------------------|------------------|-------------------|-------------------|
| ★01日 池戸さん(MZK) | ★01日 神谷(智)さん(TH) | ★01日 酒井(祐)さん(MZK) | ★03日 後藤(小)さん(YYK) |
| ★05日 大城さん(KRT) | ★05日 岡田(康)さん(FE) | ★06日 中島(勇)さん(FE) | ★07日 本多さん(TH) |
| ★08日 武市さん(TH) | ★09日 曾我部さん(SR) | ★09日 土岐さん(FE) | ★10日 山本(昇)さん(MD) |
| ★13日 田附さん(KU) | ★15日 宇多さん(TH) | ★16日 多田さん(TH) | ★16日 深田さん(KU) |
| ★17日 高村さん(FTS) | ★21日 池谷さん(KU) | ★21日 大石さん(HK) | ★21日 豊田(裕)さん(FE) |
| ★23日 青木さん(FE) | ★24日 田中(幹)さん(TH) | ★25日 長友さん(FE) | ★27日 鎌田さん(FTS) |
| ★28日 安藤さん(DAS) | ★28日 田中(俊)さん(TK) | ★29日 杉本さん(KU) | ★29日 山田(逸)さん(KU) |
| ★30日 山本(守)さん(FTS) | | | |