

SHIN-EI Journal

発行 (有)仲栄総合サービス
<http://www.shinei-net.jp>
No.1 8 2 2017.6

今月の言葉

しあわせはいつも自分のこころがきめる

総務部

熱中症に注意しましょう！！

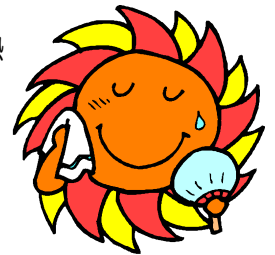
最近では日中は汗ばむ陽気になりました。この時期になるとニュースになるのが「熱中症」です。熱中症はその症状が、自分では気づきにくいのが特徴です。そのため命を落とすこともある恐ろしい病気です。熱中症にならないために、下記に注意して過ごしましょう。

①**体調を整える** 睡眠不足やカゼぎみなど、体調の悪いときは暑い日中の外出や運動は控えましょう。

②**服装に注意** 通気性の良い服を着て、外出時にはきちんと帽子をかぶろう。

③**こまめに水分補給** 『のどが渇いた』と感じたときには、既になかなりの水分不足になっています。定期的に水分を補給しましょう。また、汗と一緒に塩分も失われるので、塩分もしくはスポーツドリンクを飲むのがおススメです。

④**年齢も考慮して** 体内の機能が発育途中の子供や、体力が衰えはじめた高齢者は熱中症になりやすいものです。年齢を考慮して予防を心がけましょう。



もし、熱中症になってしまったら・・・

- ・涼しい日陰やクーラーの効いた室内などに移動する
- ・衣類をゆるめて休む
- ・体を冷やす
- ・水分を補給する（塩分補給のため、スポーツドリンクが有効です）

雨の日の運転について

車の運転時、雨の降り始めには特に注意が必要です。乾いた路面に少しずつ雨粒が落ちることで、路面上のほこりや汚れが浮き上がり、タイヤがとてもしずりやすくなり制動距離も伸びてしまいます。また、街の状況も変わります。歩行者は足早になり、横断歩道やそうでないところでも不意に道路を横切る可能性があります。さらに注意が必要なのは自転車。「濡れる前に急いで帰ろう」という意識のせいか、スピードを出して走っている姿をよく見かけるのも雨の降り始めです。歩行者や自転車に乗っている人は、雨や水たまりを避けようとするため下を向いていることが多く、クルマの存在に気づくのが遅れがちです。傘をさしている人も同じく傘で視界は狭くなり、ドライバー側からも傘で表情が見えないため、歩行者の動きが読み取りにくいことがあります。飛び出しにはいっそうの注意が必要です。

シンセロ有限会社 川口賢太



紹介料キャンペーン支払開始！

2月入社した方の紹介料の支払いが開始しました！！

10人以上紹介している方もいらっしやいます。

支払いは6月16日の給料からスタート。

まだまだキャンペーンは続きますので一人でも多く紹介してください！

