

今月の言葉

初心を忘れずに仕事をしましょう！

管理部

シンセロからのお知らせ

春のこの時期は新入園児、新入学児童の交通事故が増える時期です。過去の統計として午後 4 時から 6 時の時間帯に集中して発生し、飛び出しによる事故が多いとの事なので運転には注意するようにしましょう。また、ゴールデンウィークも目前に迫り高速道路に乗る機会も増えるかと思えます。高速道路上でのトラブル発生の場合、次の手順で対応してください。



- ・ハザードランプを点灯させ路肩に寄せたり、可能な限り広い場所まで自走する（トンネルや橋等路肩が狭い又は無い場合）
- ・同乗者を避難（追突の巻き添えを防ぐ為車より後方のガードレール外側）させ、停止表示器材等を車から 50m 以上後方に置く。
- ・携帯電話か 1km おきに設置してある非常電話で救援依頼する。
※故障や事故で高速道路上に車両を停止する場合は、停止表示板や発炎筒といった停止表示器材を置く事が義務付けられています。万が一に備え確認しておきましょう。

花粉症について

私たちの体は外から異物が入るとそれらを排除しようとする免疫機能が備わっています。花粉症は、本来は人体に無害な花粉が異物と認識され、免疫機能が過剰に反応して起こります。目や鼻の粘膜のはれ、かゆみ。また、鼻水・くしゃみ、涙、のどのかゆみなどを引き起こします。

基本的な予防方法と対策

- **免疫を高めておく**
免疫力が落ちてくると、それに伴い、アレルギー反応も強く出てしまいます。十分な睡眠と栄養をとって免疫力を下げないようにしましょう。
- **花粉を寄せ付けない**
外出時にはマスク、メガネなどで花粉から防御しましょう。また、外からの花粉を家の中に持ち込まないために、玄関の前で衣類についた花粉を落としましょう。また、布団や洗濯物は、なるべく外に干さずに布団乾燥機や室内に干すようにしましょう。換気は、花粉の量の少ない早朝や夜に行います。
花粉症の方は、頭がボーッとしたり、イライラしたりとても辛いものです。早めの対策をとりこの季節を乗り切りましょう。



ゴールデンウィークの休暇について

4月28日～5月6日まで仲栄総合サービスの事務所はお休みです。この間は多くの事業所がお休みになります。普段は仕事の緊張感から節度ある生活が維持できますが、長期の休暇ではそのリズムが狂いがちになります。体調管理をしっかりと、休み明けにはしっかり出勤できるようにしましょう

