

ヨイカ! ヨシ!!!

2 2021

お疲れ様です。

季節の変わり目で寒暖の差が激しく体調の壊しやすい季節となりました。

毎日天気予報をチェックくして服装など気を付けて体調管理をして下さい。

3月の20, 21日はNDIの一次試験が実施されます。毎回言っていますが、しっかりと対策をして試験を受けてください。教科書や問題集など最新のものを本社に準備しています。自分が使っているものが最新のものか確認して必要であれば本社までその旨を伝えてください。すぐに最新のものを送ります。

1月より本社にて勉強会も実施しております。毎日18時から解放していますので活用してください。

1次試験は各自の対策で合格率が変わってきます。今まで全くしていない人は1時間でも時間を作ってください。対策をしてきても合格しない人は方法が間違えている可能性もありますので方法を変えるか、誰かに相談してください。

今回は全員合格できるようにお願いします。

新型コロナウイルス！！

新型コロナウイルス感染が騒がれたして一年が過ぎワクチンが出来たといってもまだまだ終息の兆しはなくマスク、消毒が欠かせない毎日となっています。

都心部では2回目の緊急事態宣言まで出ています。ここで慣れたり気が緩んでしまうと感染リスクが高まります。

そこで以下のことを再度確認して感染しないように気を付けましょう。

■「3つの密（密閉・密集・密接）」の回避

感染を予防するためには、基本的な感染予防の実施や不要不急の外出の自粛、「3つの密」を避けること等が重要です。

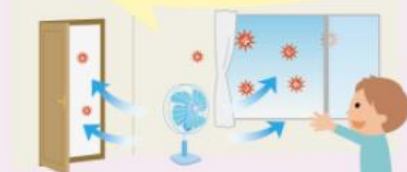
1. 密閉空間（換気の悪い密閉空間である）、2. 密集場所（多くの人々が密集している）、3. 密接場面（互いに手を伸ばしたら届く距離での会話や共同行為が行われる）という3つの条件のある場では、感染を拡大させるリスクが高いと考えられています。

また、屋外でも、密集・密接には要注意。人混みや近距離での会話、特に大きな声を出すことや歌うこと、激しい呼吸や大きな声を伴う運動は避けましょう。

他の人と
十分な距離を取る!



窓やドアを開け
こまめに換気を!



屋外でも密集するような
運動は避けましょう!

少人数の散歩や
ジョギングなどは大丈夫



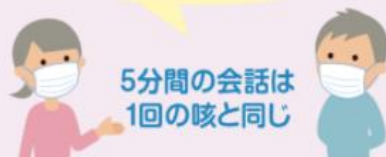
飲食店でも距離を取りましょう!

- ・ 多人数での会食は避ける
- ・ 隣と一つ飛ばしに座る
- ・ 互い違いに座る



会話をするときには
マスクをつけましょう!

5分間の会話は
1回の咳と同じ



電車やエレベーターでは
会話を慎みましょう!



2月の誕生日

2月4日 高橋 孝

誕生果 : バナナハート
果物言葉 : 希望の光・つぼみ



2月19日 田仲 誠一

誕生果 : 文旦(ぶんたん)
果物言葉 : 控えめな心



2月22日 阿南 裕貴

誕生果 : ざぼん
果物言葉 : 清らかな心



お誕生日
おめでとう!

お疲れ様です！！今月担当します眞玉です。



今月は「花粉症」について

私もですが毎年、花粉症にお困りの方もいらっしゃるのではないのでしょうか！？

そこで花粉症の知識と対策グッズをご紹介します！！

花粉症とそのメカニズム



鼻炎のアレルゲンとなる花粉が飛んでいない月は…ない！

スギ、ヒノキ、ブタクサ、ヨモギなどアレルギー性鼻炎の原因となるといわれている8種類の花の飛散時期を調査。全体的にみて冬の飛散量は少ないものの、スギやイネの花は年末から年始にかけても飛んでいます。



薬以外に買ってみたい！こんな花粉症対策グッズがあります。



① 首掛けエアクリナー 首にかけるだけで、いつでもキレイな空気を…🌿

② ハッカ油スプレー マスクにシュッとすると、鼻のとおりが良く目もスッキリ👁🌿

③ 花粉症ですバッジ マスクや服につけて花粉症をアピール！！

