

ヨイカ! ヨシ!!

11
2021

お疲れ様です。

11月に入り秋めいてきたと思ったら気温も下がり一気に冬になりました。

冬になると空気が乾燥してきます。空気が乾燥すると、のどを痛めたり感染症のリスクが上がったりします。加湿器がある場合は加湿器を利用し湿度の調整を行いましょう。

加湿器がない場合はバスタオルなどを濡らし水がしたたり落ちない程度に絞ってハンガーなどで部屋の中にかけておくと改善されるらしいです。

これからインフルエンザの時期にもなってきます。インフルエンザとコロナウイルスに同時に感染すると重症化リスクが高まります。

リスクを抑えるためにも予防接種は受けるようにしてください。

また、今年は例年以上に予防接種を受ける方が多いと予測されます。ワクチンが足りなくなる可能性もありますので早めの受診をお勧めします。

労災について！

最近は、各現場にて安全についてのルールが厳しく設けられていると思います。

ルールを守って慎重に作業をしても思わぬところでケガをしてしまうことがあります。

万が一労災にあったら現場責任者に必ず報告をしてください。

報告内容は

① 受傷した場所詳しく報告。場所によっては劇薬を使用しているところもありそのような場所では、擦り傷程度でも処置を必要とする為。

② 受傷した時間

③ 受傷箇所

病院に行くほどのケガでなくても必ず報告を入れてください。

特に捻挫などは次の日に症状が重くなる時があります。報告をせずに病院に行ってしまうと客先は当然ですがその先のエンドユーザーまで迷惑が掛かります。現場はもちろんですが、出退勤時などにケガをした場合にも速やかに報告を入れるようにしてください。

11月の誕生日

11月7日 吉田 友貴

誕生果 : アルプス乙女

果言葉 : 乙女心 誠実な愛情



11月18日 田丸 大晴

誕生果 : あんぽ柿

果言葉 : ひとときの恋



11月29日 荒川 眞佐代

誕生果 : カカオ

果言葉 : 神聖親切 片思い



🎂 お誕生日 🎂
おめでとう!
★ ★ ★ ★ ★

スポーツの秋！



「マイナースポーツ」をご紹介します！！



手軽に楽しめる！？マイナースポーツ

「最近、運動不足だな…」 「新しい趣味を持ちたいな…」 と考えている方！！

手軽に楽しめるマイナースポーツを紹介します。

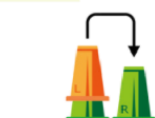
スポーツスタッキング

12個のプラスチック製のカップを、決められた形に積み上げたり崩したりするスポーツで、そのスピードを競います。アメリカ発祥で現在では世界54か国で楽しまれています。競技人口は約1万人！

アップスタック：重ねたカップを積み上げる動き



3個のカップを重ねた状態から始めます。



右手でカップを1個つかみ右横に置きます。



左手で重なっているカップをつかみ上に載せます。

ダウンスタック：積み上げたカップを重ねる動き



上のカップを右手でつかみ右側のカップに重ねます。



左手で左側のカップをつかみ、2個のカップの上に重ねます。

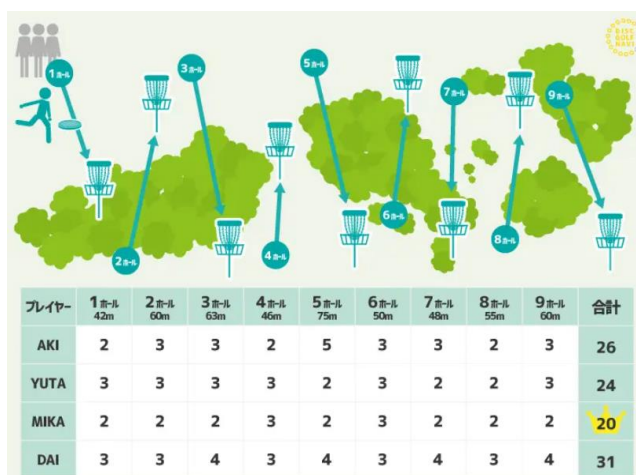


できた！元の形に戻りました。基本の3個のカップでもう一度。



ディスクゴルフ

「ゴルフ」の「ゴルフ」の「イ」を「E」に置き換えた「Eゴルフ」として「ゴルフ」のルールを「E」に置き換えて「Eゴルフ」を行います。カナダ発祥で、現在では40か国以上でプレーされています。



投げる順番はジャンケン等で自由にきめます。2投目以降はゴールから遠い人の順で、自分のディスクが落ちている場所から投げます。9ホール（または18ホール）全てのホールを周ったら合計投数を計算し1番投数が少なかった人が勝ちです。