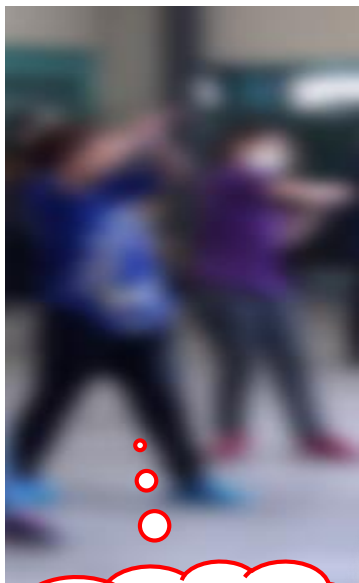




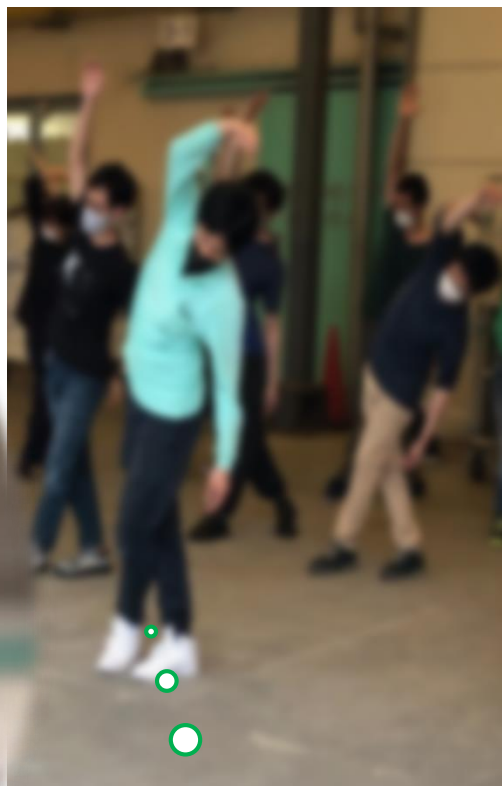
健康体操

5月12日・13日

今年も、昨年に引き続き、コロナの影響で、野外で、行いました。
最初は身体が硬かったのですが、体操をするうちにだんだんあたたまってきて、
身体がほぐれて、気分もすっきりしました。



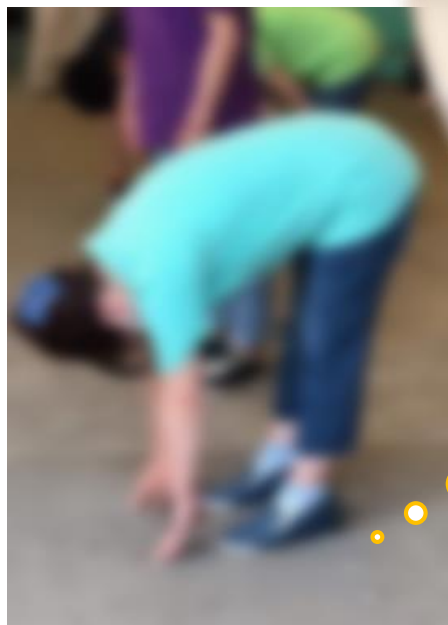
大西先生



腕を振って、
身体をねじる



脇腹の筋肉
を伸ばすこと
を意識



前屈
すごい！

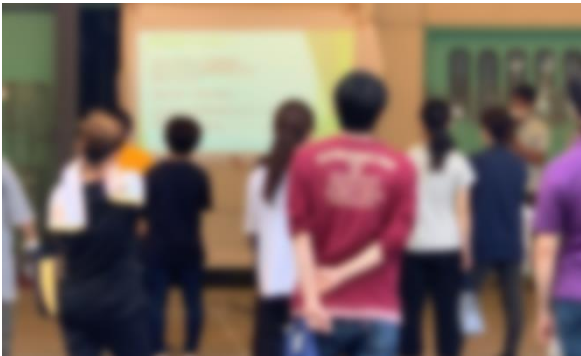
みんなの声
・ハードだったので疲れた
・激しい動きが多く、汗をかいた
・普段使わない筋肉を動かしたので、筋肉痛になった

健康診断 6月1日～11日



今年もコロナの影響により、ぎふ総合健診センター・操健康クリニックの2ヶ所にわかれて健康診断を受けました。検査ごとに個室があった為、落ちついて検査することができました。とてもスムーズでした。コロナの時期なので安心して受診することができました。定期検診は、皆さんが健康で楽しい人生を送る為に国から義務づけされているものです。検診結果報告書をチェックして、健康な身体づくりを心がけて下さい。

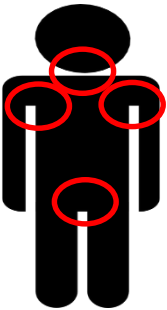
熱中症対策



熱中症にならないために
きちんと休息をとり体調管理！
湿度に注意！こまめに換気を！
対策を知ることができました。
無理をせずに安全に仕事をしましょう。

*
濡らしてタオル
などで冷やす部位

太い血管のある部位

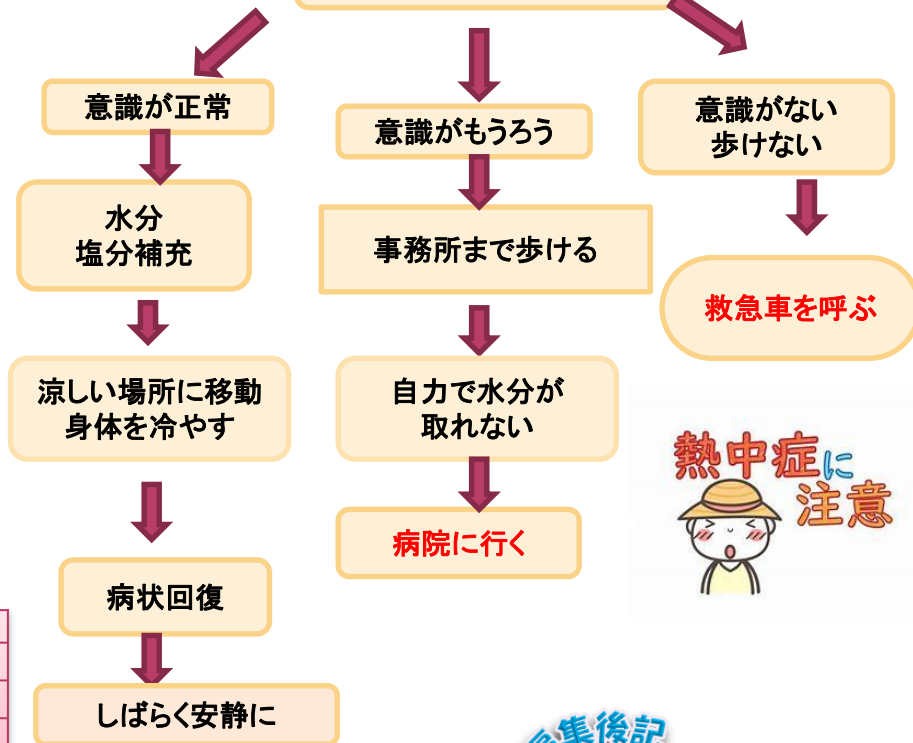


永年勤続表彰

4月16日～6月15日

3年	生産部	千葉 博
15年	生産部	菱田 佳世
5年	生産部	松野 慎平
5年	八日市	山脇 涼太郎
3年	イトヒコ	相沢 志麻
3年	イトヒコ	豊田 智美

熱中症かなと思ったら？



編集後記

梅雨入りしました。
あじさいが綺麗ですね。

