

NO. 152

KBS かわらばん



熱中症を予防して暑い夏を乗り切ろう



毎日体温並みの暑さで参っちゃいますよね。
毎回耳にタコが出来くらいお伝えしていますが、
熱中症にならないよう、しっかり対策をしてくださいね。
こまめな水分補給・塩分補給・休息が大事！
それから、十分な睡眠と食事も大切です。
暑くて食欲がなくなりがちですが、しっかり食べて夏バテ
しないように気を付けましょう。

☆夏バテ対策に効果的な栄養素☆

タンパク質(豚肉、大豆など) ミネラル(海藻、納豆など)
ビタミンB1・B2・C(トマト、ブロッコリーなど)



【お褒めの言葉】～現場の声～

お客様より、「トイレをいつも綺麗に清掃してくれているので
助かっていますが、もっと楽に綺麗を維持できる方法はない
か」と相談されました。「少しでも清掃が楽になり無理の
ない仕事をしていただきたい」と言っていただきましたので
トイレのコーティングをすることを提案しました。
今後実施していきます。

書類提出のお願い

8月の給料明細書封筒の中に以下の書類が
封入されています。確認のうえ、締切日ま
での提出にご協力をお願いします。

- ①通勤手段確認書
- ②緊急連絡先調査
- ③安全標語応募用紙
- ④ストレスチェック実施のお知らせ
- ⑤返信封筒

提出締切日...8月30日(金)

※ストレスチェックの実施は9月1日からとなります



知ってそうで知らない! ? 「お盆」の由来

あやこらむ

お盆は正式には『盂蘭盆会(うらぼんえ)』と言
語源はインドのサンスクリット語の「ウラバナ」です。
死後の世界で母が逆さ吊りにされ苦しんでいるのを知った弟子が
お釈迦様の教えに従い供養し、救うことが出来たという故事がはじま
りとされます。供養の行われた7月15日(旧暦)は、先祖や亡くな
った人たちが苦しむことなく成仏してくれるようにと、私たち子孫が
報恩の供養をする大切な日となりました。