

2026年3月 通巻171号



厳しい寒さの中、水を使いながらの作業もありがとうございます。菜の花や桜の季節はもうすぐです。徐々に日差しが暖くなる日本の春は、1年で最も過ごしやすい時期です。季節の変化を楽しみましょう！

冬の通勤時の注意点！—雪道

春先は都心部でも雪が降る日があります。自転車は乗らないようにしてください。早めに出発しましょう。また、雪道を歩く時は、①小さな歩幅で ②足の裏全体を路面につけて ③体の重心を前に起き ④時間の余裕をもってゆっくり 歩くようにしましょう。



エレベータ籠内の鏡について
本来は車椅子利用者のためのものです。籠の中で回転ができない時、後ろ向きで出る際に後方を確認します。鏡も拭いて綺麗にしておきましょう。

3月の重点ポイント

◎仕事前の準備体操

寒い日の朝は体が硬くなっています。運動をすることにより体温が上昇し、筋肉や腱などの柔軟性が高まります。また関節の持つ可動域が大きくなります。心肺機能に負荷がかかることも防ぐことができますし、心理的な準備も整います。階段の踏み外しや段差でつまづくことのないよう、また腰を痛めないためにも準備体操をしっかりと行ってから作業に入りましょう。



★厳禁！ゴミの持ち帰り！

お住いの方が一度ゴミ集積所に出した、電化製品、古着や家具、本や缶を含む資源ゴミなどを『まだ使用できる』・『もったいない』と思い、持ち帰ったり回収したりすると、重大な違法行為となり、トラブルの原因になります。

①ゴミ置き場のゴミは絶対に持ち帰らないこと
②ゴミ置き場、その他の場所に、捨てても良いか迷うゴミが出された場合は、粗大ゴミの時と同じように担当者か会社に連絡すること
ご協力宜しくお願いいたします！

