



クリーンパートナーの皆様、日々の業務お疲れ様です。  
 立春を迎えたとはいえ、寒い日が続いています。気温差で体調を崩さないようにお過ごしください。  
 未だコロナ禍とはいえ、マスク以外はコロナ前とあまり変わらない生活になって来ました。今年こそは全社での経営方針発表会を開催したい！と思っています！！開催時には是非ご参加下さいね。皆様のマスクのない笑顔にお会いできるのを心待ちにしています。

常務取締役 多田寿弥



## シーズンベストクリーンパートナー受賞、おめでとうございます！



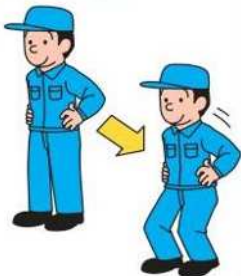
☆☆益々のご活躍を期待しております☆☆

## ストレッチや姿勢の見直しで、寒さに打ち勝つ体作りを意識しましょう！

**日ごろから筋力アップに努めましょう。**

**例：スクワット**

足を肩幅ぐらいに開きます。手を腰に当てて、膝の角度が45～60度程度になるように曲げます。これを10回×2セットを目安に行いましょう。



**歩き方を見直そう！**

すり足で歩を進めると歩幅が狭くなり、転倒しやすくなります。普段よりも一歩前に足を出すことを意識して歩幅を広げ、つま先で地面を蹴り、かかとから着地して歩くようにしましょう。



## ●容器の返却をお願いします (デイリー)



このタイプの容器は、処分しないでください。回収し再利用しています。洗濯用粉石鹼やアクリスなどを入れる容器です。返却がないと、資材発注があってもすぐにお渡しすることができません。

## おすすめの○○コーナー

今回は、遊園地よみうりランドを紹介します。  
 東京営業本部のある、東京都稲城市に所在する遊園地です。  
 夏はプールが有名な遊園地ですが、今はイベント名「ジュエルミネーション」と称したイルミネーションで飾られた中でアトラクションを楽しむことができます。私は絶叫マシンが苦手なので乗りませんが・・・景色だけでも楽しめます！まだ体験してませんが期間限定のイルミネーションと花火と噴水のコラボイベントがあるそうです。この時期に東京にいらした方は是非郊外の稲城市まで足を運んでください。ジュエルミネーション時期11月～3月（年によって変わるかも）  
 <東京営業所所長 八巻>

