



皆さま、日々大変お疲れ様です。

暖かな日差しに春の訪れを感じる今日この頃です。今春、ご家族で卒業や入学を迎えられる方も多いと思います。色々な節目でもっとも感慨深い季節ですね。私も子供の成長と共に親離れに寂しくもあり、手が離れていくことの安堵感を感じた記憶があります。いくつになっても心配はつきませんが！

さて、皆さま花粉症ではありませんか？厚労省の調査によると四国は有病率17%とありました。私の周りからみても、もっと高い気もしますし、私も予備軍かと・・・運転中に注意すること、意識することが多くあります。くしゃみで瞼が閉じ（0.5秒）体がぶれる、涙で目がかすむ、運転中の集中力・判断力が低下する、薬による眠気など、事故のリスクが高くなることを理解して運転をしていただきたいと思います。

業務中はもちろん、通勤途中も気を引き締めて新年度をお迎えください。

総務部 安西美穂子



本格的な花粉飛散のシーズンとなりました。コロナ対策のマスク着用は緩和されますが、花粉症のため、まだまだマスクは手放せない…という方もいらっしゃるのではないのでしょうか？程度にもよりますが、過労状態や眠気の症状と類似した状態となり大変危険です。日常生活はもちろん、業務にも支障がでてしまいますので、しっかり対策をしましょう！

## <花粉症対策>

★規則正しい生活 ★アルコール・タバコを控える ★十分な睡眠 ★適切な薬の服用

### ○マスクやメガネの着用、うがい

コロナ対策と一緒に、まずは体内に入れないことが大事です。

外出時はマスクやメガネを着用し、帰宅時にはうがいをしっかりしましょう。

### ○衣類の選択、帽子の着用

花粉が付着しやすいザラザラ、もこもこふわふわの質感の衣類やウール素材の衣類を避け、できるだけツルツルした生地の衣類や木綿素材の衣類を着用するのがおすすめです。帰宅時、玄関先で花粉を払ってから入るようにしましょう。

### ○掃除はこまめに

防いでいるつもりでも、室内にはかなり花粉が侵入しているので掃除をこまめに行いましょう。床がフローリングであれば毎日拭き掃除を行うと効果的です。

また、きれいな室内はダニアレルギー対策にもなります。



## 担当者や本社の連絡先は登録していますか？

担当者や本社の電話番号は必ず登録していただき、不在着信があった場合は必ず折り返し連絡をお願いします。また、緊急のもの（急なお休みや、事故・お客様からのクレーム等）以外は、担当者勤務時間内（8：00～18：00）にお願いします。（夜間の食品工場勤務の方はこれまで通りです。）

- エヌビーエム：0877-49-7107
- 中央ビル管理：0877-49-4343
- 宮井：080-5667-5684 ●細川：080-2192-9444
- 安藤：080-5667-5687 ●亀井：080-6382-5882
- 峯口TS：080-6382-5981
- 阿部TS：090-1572-6575
- 香川TS：090-5151-1354

**休日希望締切は  
毎月20日です。**

**出勤簿は毎月26日に  
ポストに投函してください。**

- 毎月25日までは実働を、26日～月末までは見込みを記入してください。
- 返信用封筒を使用してください。
- 雇用契約書の返送も併せて同封ください。

※多人数サイト、サニテーションサイト除く

## おすすめの○○コーナー

クリーンパートナーの皆様、日々の業務お疲れ様です。少しづつ暖かくなり春らしさが感じられるようになりました。私は岡山が地元なんですが、この時期になるとよく友達と後樂園にお花見をしに行っていました。現在東京で1か月研修中の身ですので、今年は東京の桜を楽しもうと思います。

来月には新入社員が入社するということもあり、今年のNBMIは一段と春めきそうですね。これからもよろしく願いいたします。

<谷本>

