

新コーナー うちの ほっこりファミリー

第九弾！今回のうちのほっこりファミリーはめいちゃんです。すりすりして甘えてきたかと思えば、噛みついたり、引っ掻いてきたり…ツンデレ炸裂なめいちゃん!! やっぱり可愛いからつい許してしまいます。家族全員メロメロなんです～♡



めいちゃんはここにいな～ 足がピーーーン
んん？このフレーズ… 関節伸ばしてるニャン
聞いたことがあるようにや

プロフィール

名前： めい
性別： メス（♀）
年齢： 5歳
性格： デレ寄りのツンデレ

送付先： 宇多津町浜六番丁 78-2
株式会社エヌビーエム宛
メール： soumu@nbm-ecoservice.com
送っていただいた写真はご返却いたします。
写真の裏面に名前を記してください。

経営方針発表会中止のお知らせ

本年、お蔭をもちましてエヌビーエムは、創業 25 周年という節目の年を無事に迎えることが出来ました。これも皆様のご尽力の賜物と感謝しております。そこで、クリーンパートナーの皆様方をお迎えしている「経営方針発表会」ですが、いつも以上に楽しんでいただけたらと社員一同、趣向を凝らした催しを沢山企画し準備を進めて参りましたが、まだまだ新型コロナウイルスが収束にならず、感染予防を考慮し皆様をお招きしての開催ができないという判断に至りました。参加を楽しみにされていた皆様には、大変申し訳ございませんが、何卒ご理解の程よろしくお願い申し上げます。

労災事故ゼロ活動



昨年から現時点まで、順調にカウント日数が伸びています。「暑さ寒さも彼岸まで」と言われていますが、日中の気温も穏やかに過ぎやすくなります。そこで、気の緩みから、事故に繋がることもあります。常に危険と隣り合わせという意識を心がけ、KYの実施など事故が起こらないよう気をつけて下さい。くれぐれも、自分だけは大丈夫と思わず、周りの確認を十分に行ってください。

コロナウイルス予防は 手洗い×睡眠・食事×運動+スマイル

ウイルスを寄せ付けないように免疫力を高めましょう
免疫力は、食事（腸内環境を整えること）十分な睡眠体温を上げる運動（ウォーキングと筋トレ）で維持・向上が可能です

運動するときのポイント 体温が上がると免疫力が高まります
・人混みを避けて散歩する
・1週間単位で1日の平均歩数が8000歩以上を目指す
・筋トレも自宅や職場等で週に3日、1回2~3種目行くと足腰が弱りにくくなります

手洗いのポイント
・基本は流水と石鹸による手洗いでウイルスを洗い流す
・手指消毒用アルコールによる消毒
(コロナウイルスは70%程度のアルコールに弱い)

食事のポイント
・腸内環境を整えるのに効果のある発酵食品や食物繊維を意識してとる(免疫細胞の約7割が腸内にあります)
・バランスに配慮した食事を心がける

笑顔
・笑いでNK細胞*が増え、免疫力が向上します
*NK: ナチュラルキラー細胞…生まれながらに備えている体の防御機構として働く細胞



SUN ~元気通信~

2021・春号 社内報

発行者：株式会社エヌビーエム
作成者：総務部 安西・岡崎・林
住所：香川県綾歌郡宇多津町浜六番丁 78-2
TEL: 0877-49-7107
URL: www.nbm-ecoservice.com

建築建材展
(東京ビッグサイトにて)

元気にしとるか
モルドルじゃ



日々菌と戦い 人々の健康を守る
カビ取り戦隊 カビレンジャー
マナミー隊員の活躍に乞うご期待!



春陽の候、クリーンパートナーの皆様におかれましては益々ご健勝のこととお慶び申し上げます。桜の花も今年は例年より早咲きで既に満開の見ごろは過ぎてしまいましたが… 今回も花を愛でながらの酒宴は時節柄できませんでした。桜の花粉には人の心を躍らせる物質が実際に含まれているようで、はしゃぎたくなる気持ちを抑えながら散歩がてらのお花見で、控えめに春を満喫して参りました。

さて、皆さまは「風邪の特効薬ができたなら、ノーベル賞もの」？という話を聞かれたことはありますか。この度、弊社産業医の先生からコロナ対策に関する興味深いお話を伺いましたのでご紹介いたします。

当たり前ですが、皆さまも風邪を引いたら病院へ行き、お医者様から薬を処方して頂くと思います。しかし、その時に処方される薬は「症状を抑える薬であって、根本的に治す薬ではない」という事です。例えば、のどの痛みを抑えたり、咳を止めたり…といった風邪による辛い症状を対処療法的に抑える為の薬であって、根本的に風邪やコロナといった病気を治すのは、決してワクチンや薬ではなく「自分自身の免疫力」なのだそう。では如何に「自分自身の免疫力を高めるか」ですが、そのポイントは①十分な睡眠 ②バランスの良い食事(免疫細胞の7割が腸内にあり腸内環境を整える為、発酵食品や食物繊維を意識してとる事) ③運動(皆さまは現場作業で大いに動いているので大丈夫!)そして④笑顔(笑うことでNK細胞という体を護ってくれる細胞が増える)の4つのポイントと「手洗い、うがい、マスク着用」だそうです。

まとめると、コロナ予防とは「手洗い×睡眠・食事×運動そして笑顔」です。私ども本社スタッフも含めクリーンパートナーの皆様にも、これからも健やかな日常をお過ごし頂く為にも、全員で個々の免疫力を高める努力をしていこうではありませんか。

「元気・笑顔ではつらつと！」働く中にこそ本当の健康がある、ということを信じながら…。今後とも何卒、よろしくお願い致します。

多田雅彦 感謝





建築・建材展

2021年3月9日(火)~12日(金)
東京ビッグサイト



住宅・店舗・各種施設用の最新建材や設備機器・工法などを展示する国内有数の展示会が開催されました。様々な企業の方が参加しています。今回、グループ会社の「エアラボ」が初出展しました。JMCP工法™（特殊洗浄工法）による洗浄、衛生管理。施工面のウイルスや細菌に対する抵抗力の維持を実現するハイブリッド触媒を紹介しました。そこで、本社から森専務・営業管理部の森愛実さんが応援に行きました。もちろん、コロナ対策に満を持しております。その時の様子を一部ですがご覧ください。



エアラボブース

施工事例やオリジナル商品のパンフレット等を展示し、ご自由にお持ち帰りいただけます



様々な企業の方がお越しくださいましたカビの特殊洗剤に興味を持っていただき、今後の営業に繋げていただければと…



お・も・て・な・し

森さんは接客のノウハウの勉強になりました 体験したことが香川でも発揮できることを願っています



会場の様子



私も会場にいたのよ うふふ



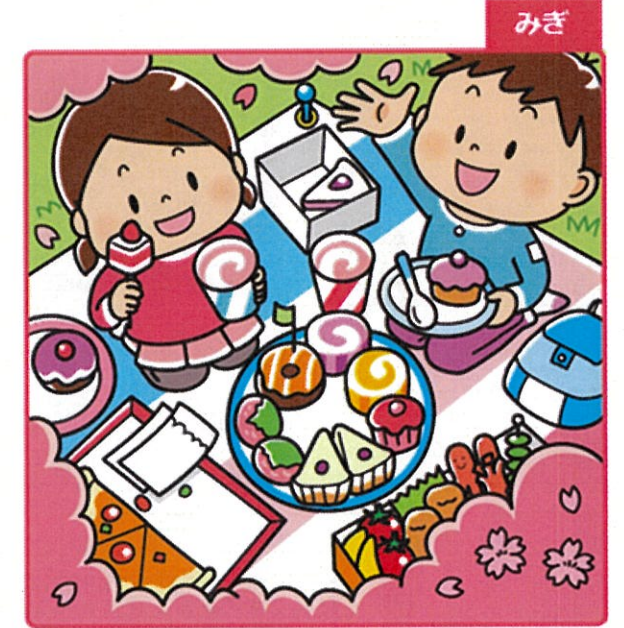
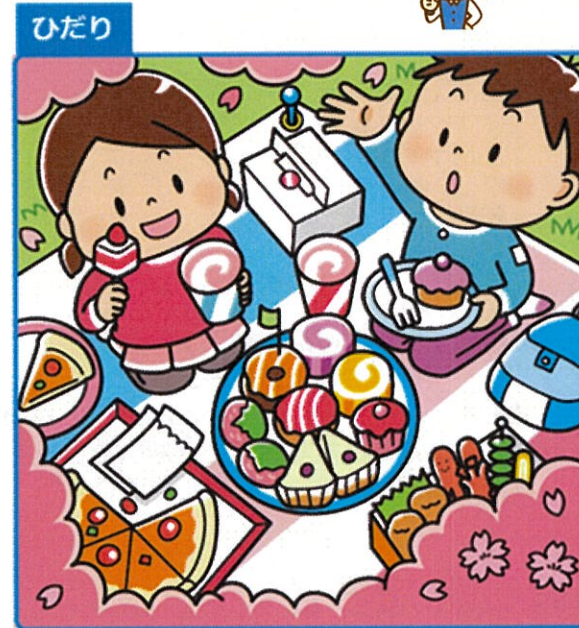
宮本社長のひとり EXILE??



ほっとひといきコーナー



間違い探しに挑戦



第10回『間違い探し』です。上の左右の絵には間違いが何箇所あるでしょうか？

- A：6箇所
- B：8箇所
- C：9箇所

答えが解った方は、4月度の出勤簿のウラ面（月報）に答えの記号を記入してください。正解者の中から抽選で1名様に焼き菓子詰め合わせを差し上げます！！ たくさんのご応募お待ちしております♪

当選者は次号社内報（2021年7月発行・夏号）にて発表させていただきます。



（賞品の写真はイメージです、実際とは異なる場合がありますご了承ください）

冬号の当選者発表～!!

抽選の結果、今治市内の商業施設勤務の小糸清美さんが当選されました。おめでとうございます!! 賞品は後日お渡しします。しばらくお待ちください。

冬号の答えは・・・B：7箇所でした。



おばあちゃんの知恵袋

* 爪楊枝で葉野菜は長持ち
鮮度が落ちやすい葉野菜は、爪楊枝や竹串を刺したら長持ちします。



このように、包丁を入れずに爪楊枝を3本ほど刺すとシャキシャキ感が持続します。あとは、キッチンペーパーやビニール袋に入れて冷蔵庫で保存するだけです。ぜひ、試してみてください。

サラダや鍋料理でよく使われるレタスや白菜等

～みなさんがご存知の知恵を教えてください～
掲載された方には、素敵な粗品をプレゼント!