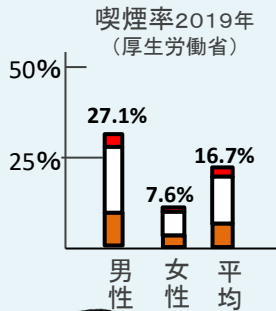




禁煙週間

5月31日(水)～6月6日(火)



よし、禁煙
するぞ

詳しくは

東京実業保険組合 禁煙



で検索！

禁煙チャレンジ！！

たばこの害はわかっているけど



喫煙者の6割は「禁煙したい」「本数を減らしたい」と考えています。
やめられないのはニコチンで頭の中が洗脳されているから。
ニコチン依存症は飲み薬やニコチン代替療法などで克服できます。

東京実業保険組合では、「ノンスモ禁煙サポート事業」を実施しています。
参加費は健保が負担します。

卒煙にチャレンジしたい方、参加をお待ちしています。



東京実業保険組合
「禁煙サポート事業」

もう一度5Sについて考える

整理

仕事に必要なモノを明確にする

整頓

ムリ・ムダ・ムラの無い置き方にする

清掃

整理・整頓を習慣化させる

清潔

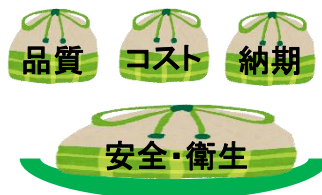
しつけ
躰

汚れや異常を目立つようにする

協力し合う組織風土をつくる

デスクワークするなら
デスクトップを整理してから

5S 職場の課題を解決するための改善活動です



5S改善で

- ・見える化職場
 - ・業務効率化
 - ・安全職場
- を目指そう！

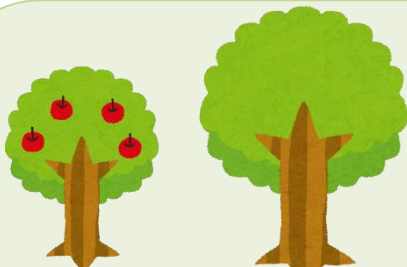
Q:品質

C:コスト

D:納期

S:安全

散歩のすすめ



散歩のメリット

- ・気分転換になる
- ・運動習慣が身につく
- ・お金がかからない



- ・散歩で転びにくい体をつくりましょう
- ・8000歩／1日 が目安です
- ・スマホのアプリを使ってみましょう

自然を五感で感じませんか！