

新緑が目には鮮やかな季節です。新しい生活には慣れましたか？

通勤災害を防ごう

昨年度はエイジェックグループ全体で、53件の通勤災害が発生しました

新入社員の方を含め、この春から勤務先が新しくなった方も多いのではないのでしょうか？
慣れない道路を通ったり、電車・バスを使ったりと、仕事だけでなく通勤にも気を使うことになり大変です。毎年、この時期に多い「通勤災害」の防止につとめましょう。

【通勤経路上での事故・ケガは通勤災害です】



通勤経路外では、通勤災害の対象外になるかも？



焦らず・走らず
余裕を持った行動が
事故防止につながります。

禁煙週間

たばこの煙に境界線はありません

受動喫煙による「副流煙」には「主流煙」に比べて、ニコチンが3倍、タールが3倍、一酸化炭素が5倍も多く含まれており、周りの人々の健康に悪影響を与えます。

「副流煙」

火が付いたタバコ
の先から立ち
上がる煙

「主流煙」

喫煙者が直接
吸い込む煙

【受動喫煙防止対策】



多くの施設で
屋内が
原則禁煙



20歳未満は客・
従業員ともに
喫煙エリア
へ立入禁止

禁煙週間(5/31~6/6)をきっかけに、**禁煙にチャレンジ**してみませんか？

ゴールデンウィークの過ごし方

休んだ実感を持ちましょう

ゴールデンウィークは普段の休日と違って、街全体がにぎやかな雰囲気になります。ここで無理をすると、疲れてしまいがちです。

そこで普段とちょっと違う時間の過ごし方をしてみましょう。

例えば

- ①本・マンガを読破する
- ②掃除、断捨離をしてみる
- ③長編ドラマや映画を観る
- ④料理を作ってみる…などなど



「しっかり休んだ」「普段と違う時間を過ごした」という実感が、仕事や生活への活力につながります。

