

モンテ環境かわら版



平成 28 年 7 月 25 日
 第 157 号
 発行:(株)モンテサービス
 香川県丸亀市柞原町375
 ☎0877-22-7800
 ☎0120-19-7111

うれしいお話聞きました。

皆さま、大変に暑い中、毎日ありがとうございます。熱中症にならないように気を付けて、短い休憩をうまく取りながら作業をしていただきたいと思います。
 先日、体調が悪くなって急にお辞めになりたいということになった方の代わりに入りましたところ、お客様が大変心配していただきまして、「あんなに一生懸命して下さる方はいません。お辞めにならないように何とかありませんか。」という言葉をいただきました。ご本人に伝えたところ、しばらくのお休みで体調が戻り次第復帰して下さることになりました。ありがたいです。

<相談窓口の開設のお知らせ！>

社員の皆様、いつもお世話になっております。平成 27 年 4 月の法改正で、楽しく豊かに気持ちよく働いていただけるようにする為に、相談窓口を開設してお伝えすることになりました。これまで同様、総務経理部で相談に乗ります。担当は私、山内朋子と立花が致します。どうぞ遠慮なく様々なご相談に乗りますので、お使いください。

健康診断を受けましょう 助成金を出しています。

皆さま、各市町の役所から健康診断のご案内が届いていることと思います。今年も皆様の健康を守るために、健康診断を受診して下さいますようお願いいたします。
 特に雇用保険に加入している皆様には特定検診と、レントゲン撮影の受診について、助成金を出したいと思っております。健康診断結果表と領収書をご持参ください。費用分は会社でお支払いさせていただきます。
 早めの受診をお願いいたします。



パート社員 急募!!

よろしく願いいたします

月～土	8:00～10:00	飯山町の医院	2H	1名
月～金	6:30～11:30	多度津町工場トイレ	5H	1名
火・金	8:00～11:00	綾歌町老健施設	3H	1名
月～土	12:00～16:00	中府町の病院	3～4H	1名

環境まめ知識 熱中症に気をつけて

b.y. 環境管理責任者

熱中症とは、気温が高い状態が長く続くと、発汗して、水分や塩分が失われてしまい、また湿度が高いと、汗が蒸発せず、熱がこもったままの状態になった結果、体の中の熱が放出されなくなってしまう状態です。

症状	処置
<ul style="list-style-type: none"> めまい こむら返り 手足のしびれなど 	涼しい場所で横になる。体を冷やし、水分と塩分を補給
<ul style="list-style-type: none"> 頭痛 吐き気 虚脱感 など 	自分で水分をとれないときは病院へ
<ul style="list-style-type: none"> 意識障害 けいれん など 	すぐに救急車を呼ぶ

右の表は尿の色で熱中症を判断できる物です。トイレに行ったときに判断してこまめに水分を補給してください。一度に多く飲むよりもこまめに補給する方がいいようです。塩分の摂取も忘れずに！塩飴等ポケットに！！

尿の色による脱水症状判定チャート

以下のチャートと自分の尿の色を比べることで脱水症状の度合いを調べる事ができます。横に示された対策を行い、自分の体の水分量を回復させましょう。

- いい感じです。階段通りに水分をとりましょう。
- 問題はありませんが少し給水してもいいかもしれません。コップ1杯でいいので水分を取りましょう。
- 1時間以内に約250mlの水分を取りましょう。屋外、あるいは発汗していれば500mlの水分を取りましょう。
- 今すぐ250mlの水分を取りましょう。屋外、あるいは発汗していれば500mlの水分を取りましょう。
- 今すぐ1000mlの水分を取りましょう。この色より濃い、あるいは赤く茶色が混じっている時は脱水症状以外の問題が考えられます。すぐ病院に行きましょう。

原典：http://www.urinecolors.com/dehydration_chart.pdf
 翻訳：デイリー・ニュース・エージェンシー
<http://dailynewsagency.com>