

モンテ環境かわら版

平成 25 年 1 月 25 日
第 115 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

ノロウイルス・インフルエンザの予防

今月に入ってノロウイルスが猛威をふるっています。我社の管理現場もノロウイルスが発生して現在は沈静化してきました。さらにインフルエンザが流行りだしてきています。どちらも食事の前の20秒以上の石鹸手洗いとうがいの徹底が大切です。ノロウイルスの場合は吐しゃ物の処理を間違えますと感染が広がりますので、吐しゃ物を見つけた時はまず使い捨ての手袋をはめて、ブリーチ等の塩素系漂白剤を薄めたもの(消毒液)をスプレーしてウイルスを滅菌し、使い捨てのペーパーか布でふき取りビニール袋に入れ、消毒液を床にスプレーして完全に拭き取ります。拭いた布や手袋等は全部ビニール袋に入れて完全に封をし、菌が出てこないようにしてから捨てましょう。処置の後には手洗いを忘れずに!!

感謝

モンテ 魂

「ありがとうございます」

「ありがたいなあ」の気持ち

皆さんは心の中ではきっと感謝の気持ちを常に持っていることでしょう。一番身近なご家族に、いつも話を聞いてくれる友達に、一緒に働く仲間、それぞれいろいろな方のお世話になり今があります。健康で仕事ができるありがたさ、おいしく食事ができるありがたさ。これを態度や言葉に表しましょう。きっと、自分も周りの方々も笑顔になることでしょう。

パート社員募集

月～金 8:00～12:00 4H 多度津の社員寮

月～金 6:30～10:30 30分休憩 3.5H 土 7:00～11:00 4H 丸亀市役所

月～金 7:30～12:30 5H 火・木・土曜日 高松市番町の病院

家庭でできる

地球にやさしい取り組み

厚着が基本、保温下着や着る毛布

暖房費節約の基本は、当たり前ですが、「暖房器具にできるだけ頼らないこと」。まず、自分自身が暖かい格好をすることも重要です。財団法人省エネルギーセンターが発表した数値によると、カーディガン着用⇒+2.2℃、ひざかけ⇒+2.5℃、ソックス着用⇒+0.6℃、体感温度が上がる。家事など室内で動き回るときは、ヒートファクトなど保温性のある下着を身につけたり、ダウンのベストを着用したりしてはいかがでしょうか。また、リビングでテレビを観ている時や机に向かって勉強や仕事をしている時におすすめなのが「着る毛布」。大きな毛布に袖がついた形で、冷えを感じやすい肩や首までまとうことができるため、就寝時に着用すると、さらにその温かさを実感することができます。どうぞご参考に!

環境まめ知識

宇宙空間のはなし

by. 環境管理責任者

1月22日に高松で元宇宙飛行士の山崎直子さんの講演会のニュースがありました。宇宙では無重力なので背骨の関節が伸びて、とくに胴が伸びるという話がありました。宇宙では腰痛がなくなるのかなあとちょっと期待した私でした。子供達は目を輝かせて聞き入っていたようです。

昼食の話

食育メールから注目記事を紹介します。今月の特集は「野菜をプラスしよう」でした。健康のために1日に摂りたい野菜の量は350gですが、香川県では野菜の摂取量は少ない状況だそうです。男性:266g(全国ワースト 2位) 女性:229g(全国ワースト 1位) あらら!!

(平成18年度～22年国民健康・栄養調査より)

目標量と比べると、約100g不足しています。そこで、昼食に野菜をプラスしてみませんか? ミントマトやレタスはそのままで、キュウリやキャベツは塩を一振りして、カボチャやブロッコリーはレンジで加熱して、小さめの食品保存容器を使えばいつでもどこでも野菜をプラスすることができるということです。