



YouSelf!

10月号



季節の変わり目は 体調を崩しやすい!?

寒暖差が激しいこの時期は、自律神経のバランスが乱れて体調を崩しやすくなります。体調を崩さないように3つのポイントで自律神経を整えましょう!

①体を温める

→体の内側から温めることで血流の流れがよくなり、免疫力が増加します!

②適切な運動をする

→運動は、自律神経の働きを整える効果があります!

③十分な睡眠をとる

→睡眠中は副交感神経が働き、心身の疲れを取ります!

ポイントを押さえましょう!



私たち!資格をGETしました!!

★第一種衛生管理者★

UF事業部 松井直実さん



職場で働く人の健康障害や、労働災害防止のために活動を行う存在であり、労働安全衛生法で定められた国家資格です!

リカレント学習は大変でしたが、学びの良い機会となりました!勉強で得た知識を安全衛生委員会の活動に活かしていきたいと思います😊

⚡第二種電気工事士⚡

EG事業部 樋浦恵さん



戸建ての家や小規模店舗など、600V以下で受電する設備の電気工事を行うことができる国家資格です!

隙間時間を探し出し勉強に取り組みました!久しぶりの勉強、技能試験会場の独特な緊張感、どちらも楽しかったです★

本社工場に デーブルベンダー仲間入り!



コマの微調整に時間が取られる
どうにかならないかな~?

解決

- ◎データをセーブすることができる
- ◎データを呼び出すことで即作業に入れる
- ◎使用可能な線径はステンレス材φ2~φ12・鉄材φ2~φ15
- ◎小数第二まで調整可能→試作時0.1単位での修正が簡単



特定の作業員以外でも、誰でも作業できます!

興味がある方は、
本社伊藤・渡辺(修)まで
声がけください😊★

新入社員フォローアップ研修

日時:10月21日(金)

時間:9時20分~16時15分

場所:本社 2F会議室

参加者:新入社員 7名



榊 綾子

改めて基本的なビジネスマナーを学びました。特に挨拶・返事はマナーの基本で、元気でやる気に満ちた挨拶が周囲を明るい雰囲気に変え、またコミュニケーションの入口にもなる為、自分の挨拶を見直してもっと明るい挨拶をしたいと思います。また、ゲームを通して PDCA のサイクルを分かりやすく学ぶことができました。

小林 慶人

仕事の基本であるビジネスマナーや報告、連絡、相談、PDCAなどの仕事を効率よく進めていく方法を学びました。また、自分は何が得意で何が苦手かをこの研修で確認することもできました。今回学んだことを仕事に活かして、確認できた苦手な所を直していきたいです。

フォークリフト乗れます!

日時→10月3日

参加者→YK 風間 HK 樋浦(実)

講習に参加して、実際にリフトに乗り、前進走行・バック走行の練習を行いました。安全に運転するために気を付けるべきこともたくさん学びました。まだ上手に乗れませんが、これから少しずつ練習をし、乗りこなせるように頑張りたいです!常に安全第一を心掛けます!

本社工場 樋浦



YK風間さん休日の1枚!

Q1.どこに行った時の写真ですか?

A. 埼玉県川越市です!

Q2.行こうと思ったきっかけは?

A. 娘が県内のアニメイトより大規模なところに行きたがっていたのと
パワースポット巡りがしたくてです!

Q3.行った先で食べた美味しいものは?

A. 焼肉と抹茶わらび餅アイス 子供にアイスだけ取られたけれど...

Q4.感想をどうぞ!

A. 時の鐘という名前の建物で江戸時代に建てられたと認識して昔の情景を感じながら見てきました~お菓子横町の通りにあり、その時の目的地が氷川神社に向かう途中だった為、すぐ現実に戻りほぼ素通りでしたが😊

