

健康が一番！
いきいき健康

今回は、執行役員の梅田業務部長兼熊本営業所長にモデルをお願い致しました。

最近、肩が上がらなくなり大変な思いをしたそうです。

椅子に座ったままができる簡単体操 パート1

5 肩をまわす運動

- ① 両肩を前方に5回、後方に5回まわします。
※ 出来るだけ大きくまわしましょう



6 身体をひねる運動

- ① 椅子の背もたれの右側を両手でつかみ、右側に身体を5秒間ひねります。※ この時に首も一緒にひねりましょう。
 - ② 左側も同じように行います。

平成25年度 事故事例

集計期間：平成25年7月1日～8月31日

事故件名	事故現場	性別 年齢	状況	事故内容	対策
接触事故	本社駐車場	男性 33歳	車両転回中	深夜、定期清掃の準備の為トラックを転回中に駐車していた車両に接触した。	後方をよく確認する。誘導員を配置する。
追突事故	市道	男性 28歳	車両走行中	現場へ移動の際、狭い市道を走行中、右側駐車場より車両が出てきたため、避けたが接触した。	いつでも止まれるスピードで走行する。周囲の状況をよく確認する。
労災事故	スポーツジム	男性 33歳	浴槽洗浄中	高圧洗浄機で浴槽を洗浄終了後、浴槽の淵に足をかけて出ようとした際、滑り転倒、右手小指の打撲。	水回りの作業の時は、無理な体勢・行動はしない。
労災事故	ホテル	女性 57歳	シーツ交換中	シーツを持ち上げた際、足に引っ掛かりこけそうになった為無理な体勢になり右足首を痛める。	足にひっかけないよう、作業動線を確保する。周囲の状況をよく確認する。
接触事故	駐車場	男性	車両駐車中	資機材搬入の為、バックで駐車中、隣に停めていた車両に接触する。	後方をよく確認する。誘導員を配置する。

保険代理店をはじめました!!

この度、(株)内外美装は、東京海上日動火災保険株式会社の保険代理店を始めることとなりましたので、お知らせいたします。

従業員の皆様へ二つの特別サービスをご提供致します

1. 保険のご相談承ります！

今年の夏は、ゲリラ豪雨・落雷・竜巻・台風と自然災害が猛威を振るったのは記憶に新しいことと思います。また、最近問題になっているのが自転車による事故で通行人の方にけがをさせいうケースです。その他、ご加入の保険内容の見直しなど、当社の保険アドバイザーがあなたにピッタリの保険をご提案いたします。

2. 車をご購入された方に特典があります！

車の購入に際し、我々にご相談いただき購入いただきましたら特典として謝礼金を贈呈致します。ぜひご検討の方はご相談ください。

* 但し、販売店に行かれる前にご相談いただくことが条件となります。



九月八日(日)に平成度東急コミニティーソフトボール大会が、雁ノ巣レクレーションで行われ、協力会社が戦を繰り広げました。美装も福岡地区の事業拔された十五名が参加

過去には二連覇し協力会社から「打倒、内外美装」と呼ばれていきましたが、メンバーの高齢化が進み、ここ数年は思うような成績が残せていません。今年も残念ながら予選敗退となつてしましました。

珍プレーもありましたが、仕事で汗を流している仲間と一緒に



来年は、若いメンバーの補強と現有メンバーの体力向上を最優先課題とし優勝を目指したいと思います。

**東急コミニティーテニス様主催
ソフトボール大会に参加しました！**

福岡地区事業所