

# 健康管理課研修

当社は従業員の健康管理にも力を入れております。健康管理課では検診データを元に健康促進に繋がる取り組みの発表と、椅子に座りながら出来るストレッチを全員で行い軽く体を動かしました。



## 健康管理課

### 検診データから見る当社の健康状況

座って出来るドライビングストレッチと呼んでいるこの体操は、一昨年から健康管理課が発信している健康促進運動になります。それぞれの動きには、「ハンドル操作をスムーズにする」、「振り向きやすくする」、「よい姿勢を保つ」などの意味があり、続けている方からは肩こりが楽になったという声もあるようです。

#### 従業員の感想

自分は血压が少し高めなので食生活や飲酒に注意して、生活していきたいと思います。

#### 従業員の感想

会社全体の喫煙率が意外と高い事に驚きました。自分の健康が会社の売上等に繋がっていくと思うので、生活習慣には気を付けていきたいです。

#### 従業員の感想

体が資本の仕事なので、自分ももう若くはないですが、その分健康に気を使っていつまでも元気に仕事が出来るように頑張ります。

# 車両研修

車両研修では、日常点検の重要性についてや、路上故障を無くすにはどうしたら良いかを具体的な事例を挙げて研修を行いました。



## 車両管理部 部長



### 日常点検票の記入方法・路上故障の削減

#### 従業員の感想

これからもドライバーとして責任を持ち、車両の日常点検を行います。

#### 従業員の感想

点検を確実にを行い、車両トラブルや路上故障の無いようにします。

#### 従業員の感想

日常点検の大切さを再確認できる研修会で、とても勉強になりました。