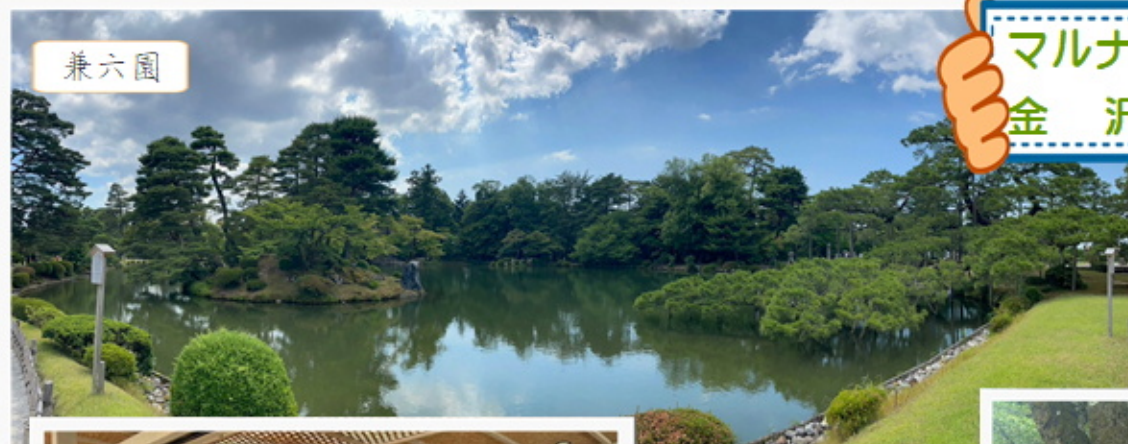


2024.7.10 発行

# MARUNAKA TIMES

第47号

兼六園



マルナカ社員旅行2024  
金沢・能登



北陸新幹線



ひがし茶屋街



能登半島



# エニタイムフィットネス体験談



皆様にお渡ししたエニタイムフィットネスの一月無料チケット、もう利用しましたか？  
この度、重い腰と体を上げてやっと無料体験に行ってきました！

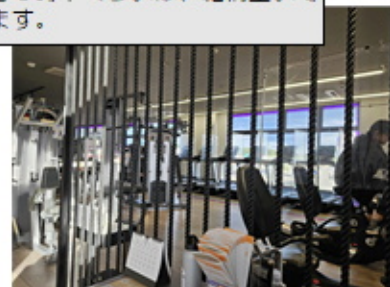
まずは建物2階へGO！



靴は外履きのままでOK！入って  
すぐの机で書類に記入！



夕方5時半ぐらいは、結構空いて  
います。



マシンの使い方が分からない人には、こんな感じでトレーナーさんが丁寧に教えてくれます。また、自分の目標を伝えると、それに沿ったメニューも考えてくれます。初日の体験は1時間ぐらいで終了です。

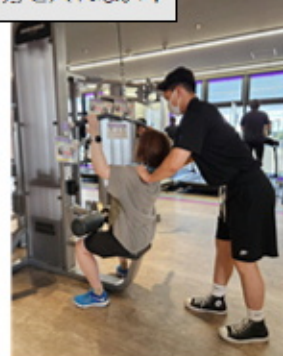
久しぶりに体を動かすと、すっきりして気持ちがいいですね！皆様もぜひエニタイムフィットネスさんの無料体験チケットを活用してみてください！



脇で引っ張る！



肩に力を入れない！



## 社長のつぶやき

さる6月21～22日は恒例の社員研修旅行。今年は、アンケート結果により金沢～能登半島巡りでしたが、参加された皆さん、どうでしたでしょうか？

能登と言えば、正月早々起きた忌まわしい地震の被災地。アンケートで金沢と決定した時、何とか能登まで行けないだろうか？と旅行会社へ交渉し、今回の行程となりました。久しぶりのバス旅行も、良いものです。

地震発生から6か月経過した被災地は、余りにも酷い光景で言葉を失いました。私達が経験した東日本大震災とは、違う意味で大変な状況だと感じたのは私だけでしょうか？バスガイドさんが、「被災地観光など不謹慎と言う人もいます。金沢方面には来るものの、能登までは行かないのが殆ど」「だから、半年経っても何も変わりなく、能登の事など忘れてしまったのでは無いか？」と不安に感じるそうです。「実際、現地の方々は観光でも良いので、お金を使って貰えるだけでも、立派な復興支援に繋がっています」「出来れば、能登の復興は未だ未だですと、広めて頂きたい」と仰っていた時は、企画して良かったと思いました。

残念ながら、参加出来なかった皆さん是非、機会があれば能登半島へ行ってみてください。現地で肌、匂いなど五感で感じてください。きっと良い経験が出来ると思います。

さて、今年の夏も酷暑予報です。熱中症警戒アラートが毎日発出され、子供達は何時運動をすれば良いのでしょうか？私達もいつ仕事をすれば良いのでしょうか？本当に、世の中変わりました。とは言え、会社として何も対策を講じない訳では有りません。当社は、毎年7月15日～9月30日の期間を熱中症対策期間として就業時間を変更することに致しました。内容は、8時就業開始時間を7時30分とし、少しでも涼しいうちに30分早めに仕事を開始、日中の暑い時間帯に多めに休憩、涼しくなる時間帯を見計らって作業を行うという事です。勿論、就業時間の変更に伴い、きちんと届けはしておりますので、ご安心ください。また現場条件、天候により各現場での対応は異なると思います。そこは各現場責任者の指示に従ってください。

熱中症は、対応など間違えれば重症化し、死亡に至る事もあります。自分、そして仲間の身を守る為にも、体調管理をしっかり行い暑い夏を乗り切りましょう！

### 定期健康診断について

開催日：令和6年8月9日（金）

必ず受診すること。  
また「要精密検査」等に該当した場合は  
再受診し、結果を報告すること。

+健康第一

