

安衛会からの報告

11/13(土) 第164回 安全衛生推進委員会

『お金のいろは』

第164回11月度の安衛会は“お金のいろは”について講義を行いました。お金の効果的なため方や使い方についてディスカッション形式で楽しく学びました。実は今回のこのテーマは安衛会が始まって以来初めての試みでした。計画をした私たちも緊張して当日を迎えたのですが、真剣にメモを取って学ぶ姿や講義終了後に個別質問に来て下さる姿も見受けられ皆さんと一緒に学べてよかったです♪

実際に参加した方からは“お金について考える良いきっかけになった。固定費を下げて貯金に回せるように試みてみます”“すごく学びになった。Part2もぜひやってほしい!”との声を頂けました。

都工業のサービスを最大限活用して貯金をしていきましょう!

ご相談等ありましたら、お気軽に社内の者にお声がけください(^▽^)



Monthly Photo



オフィス横の土橋公園です。落ち葉の絨毯も綺麗に見られますよ。ぜひ足を延ばして季節を感じてくださいね(*´▽`*)

PHOTO by 福川穂乃香

お友達紹介キャンペーン

お友達をご紹介ください!
皆さんのお友達で今お仕事を探している方が居たら、是非この機会に紹介してください。詳しくは事務所に設置しているお友達紹介カードをご確認ください。



都工業 求人専用フリーダイヤル ☎ 0120-29-3607

お問い合わせ ☎ 0120-29-3607

株式会社都工業 MIYAKO

社内報のバックナンバーも見られるよ!!
<http://www.miyakoweb.jp/>

都工業 検索

公式LINE アカウント 始めました
友だち登録して、お役立ち情報をGET!!

facebook
twitter
からも情報発信中!

優良派遣事業者
1703006(07)

働く人の笑顔創り
株式会社都工業 MIYAKO
19000947(03)

本社/愛知県豊田市清水町2-79-1 田園オフィス TEL.0565-29-7077 (受付時間/平日9:00~17:00)



都工業の社内報

MIYAKO MAGAZINE
Vol.184
2021.12

「ぎっくり腰」

今月も一カ月の勤務ご苦労様です。朝晩しっかりと冷え込むようになり、私も先日というっかり軽くぎっくり腰をしてしまいました。風邪をひきやすい時期でもあります。急に冷え込む時期は腰や肩、背中を痛めやすい時期でもあります。皆さん、お気を付けください。

軽いぎっくり腰だったのですが、若い頃に比べて治るのに時間がかかる歳頃になっているため、なかなか改善せず苦戦していたのですが、子ども達に勧められてYouTubeで腰痛改善のストレッチ動画を観ながらストレッチをすることで何とか治まってきました。それ以降、最近は毎朝YouTubeを流しながら10分~15分程度ストレッチをしています。

以前は腰や背中を痛めたら整体院や病院に行き治療してもらい、その時は寝起きや風呂上がりストレッチをしようと思うものの、その後は継続せずにいたのですが、YouTubeのおかげで毎朝続けることができています。便利ですね。ありがたいです。こういった新しいサービスや技術を、自分の生活に活用することで、自分の生活が変化していきます。皆さんも、何か新しいサービスや技術、商品を見つけたら積極的に自分の生活に取り込んでみてください。それまで出来なかったことが出来るようになると楽しくなります!

さて今年もあっという間に年末に差し掛かってきました。良い締めくくりを迎えることが出来るよう12月も頑張ってください! (安本 拓人)



安本拓人ブログ
★みやこマン★の「どんな時も、いつも上機嫌!」
<http://ameblo.jp/tatsu-blog/>

予告

次回の安衛会は…

日時 **12/11 (土)** 13:30~15:30

場所 eieパステル

テーマ **第165回 安全衛生推進委員会**
**「身体を動かし
 心もリフレッシュ!!」**



送迎 13:00 都工業発

12月の安衛会は健康管理について学んでいきます!
 冬に向けて冷え込んでくる季節に対して健康管理が特に大切になります。またコロナ渦で外出する機会も減り身体を動かす機会も少なくなっています。
 そのため手軽にできるリフレッシュ方法として部屋でもできるストレッチや体操を学び、年末年始の連休明けに向けて心も身体もリフレッシュしていきましょう!!

TOPICS

自転車事故への備えは大丈夫ですか?

毎日のお仕事お疲れ様です! すっかり寒くなってきて朝布団と別れるのが寂しい季節になってきました。出勤時に自転車をこぎながら「寒いー」と絶叫している人もいるかもしれません。

さて、自転車と言えば愛知県も今年の10月から「自転車用の賠償保険」の加入が義務付けられました。したがって通勤に自転車を利用されているスタッフさんも加入の対象となります。

保険の種類は大きくわけて3種類。それぞれ特徴があります。

| 種類 | 取扱い | 保険料 | 備考 |
|----------------|----------------|------------|---------------|
| 自転車保険 | コンビニ・インターネットなど | 月額380円~ | 多彩なプランあり |
| 自動車任意保険の個人賠償特約 | コンビニ・インターネットなど | 保険料に含む | 契約書を確認する |
| TSマーク | 自転車店 | 年額2,000円程度 | 点検整備に保険が付加される |

近年自転車の事故は増加していると言われており、その賠償額も億に近い額が出されたり、事故相手との示談交渉で精神的に追い込まれてしまうことにもなりかねません。イザという時の為に加入をしましょう。
 詳しく話を聞きたい方は事務所まで問い合わせしてくださいね。



【ネット申込上位の保険】

楽天損保
サイクルアシスト
自転車の保険

au損保
 自転車向け保険
Bycle

ネットde保険
 @さいくる

ちゃりぼ
 ジャパン少額短期保険

年末調整について

年末に近づくと年末調整という言葉が飛び交うようになります。

そもそもなぜ年末調整が必要なのでしょう。

簡単に言うと、1年間に生じた実際の納税額の過不足を清算するために行うのです。

年末調整で控除出来るのは、**①生命保険料控除 ②地震保険料控除 ③配偶者特別控除 ④社会保険料控除**等があります。

年末調整の回収は11月末までとなっております。まだ未提出の方は土日も受け付けていますので、早急に提出をお願いします。

そしてこれらの控除や、ふるさと納税等を活用して個人で出来る節税対策があります。この機会に色々なサービスを探してみたいはかがでしょう。

佳代さんのひとこと

『紅葉』

ワクチンも70%の人が二回接種を受け、今年の秋はコロナが沈静化しています。紅葉も赤く色づき秋を楽しませてくれました。このまま皆の生活が基に戻ればよいのと思うのですがコロナと共存の生活を強いられるのは間違いないようです。おかげでマスク、手洗い、うがい、密を避けるなど日常生活では普通の事となり風邪もひかなくなりました。

人が元気に生きて行くには手洗い、うがいは意識しなくても普通にやれる事が健康維持のためにも大事な基本なんだと教えてくれました。子供の時には外から帰ると親から手を洗いなさいと言われた手が汚れているから洗うものだと思っていたのが、実は病気は手から体に入り病んでいくものだと今回、コロナがもう一度教えてくれました。何事にも基本を守ることが健康にもつながります。今年も残りひと月となりました。来年こそコロナに打ち勝った社会で皆さんと元気に都工業のいろんなイベントを楽しみたいと思います。(佳代)



HAPPY BIRTHDAY

12月

12月のおめでとう!
 (日付順)



- ★04日 宮原さん(SGR) ★06日 龍田さん(HL) ★08日 イブヌさん(FTS) ★09日 小島(聖)さん(KU)
- ★09日 島崎さん(KU) ★09日 長嶺さん(SGR) ★10日 花田さん(FTS) ★11日 磯部さん(SGR)
- ★15日 對馬さん(KU) ★17日 岩崎さん(KU) ★17日 松末さん(TH) ★19日 近藤(晶)さん(3A)
- ★19日 玉城さん(KU) ★23日 大園さん(TH) ★25日 外さん(3A) ★26日 鶴飼さん(KU)
- ★27日 源田さん(HL) ★27日 米屋さん(3A) ★28日 景山さん(FE) ★31日 新田さん(HL)
- ★31日 馬場さん(HL) ★31日 宮地さん(3A)