



# ありがとう通信

2020年7月

みなさん、こんにちは。  
7月が始まりました。夏というイメージがありますが雨の日が続いたり急に暑くなったり、天候が変わりやすい季節です。体もまだ暑さに慣れていません。体のリズムを整え、夏を迎える準備をしましょう！

## 今月の誕生日

- 吉田 仁さん 7月15日
- 中島 優也さん 7月24日
- 崎山 友希さん 7月29日
- ホアン・コック・フンさん 7月29日

**お誕生日おめでとうございます！**

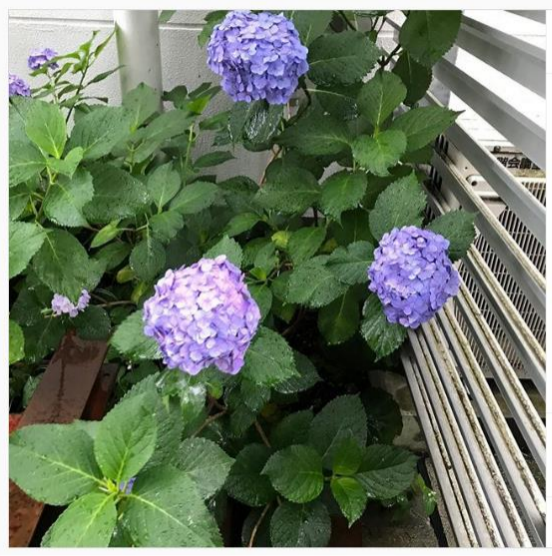
## ショートコラム

だんだんと気温と湿度が高くなり、夏バテになる方も増えてくるシーズンです。本格的な暑さが来る前に、夏バテにならない体づくりを目指していきましょう。夏バテ予防には、タンパク質やビタミン、ミネラルなどを意識して取る必要があります。豚肉は肉類の中でもビタミンが豊富で、夏バテ予防には良いと言われています。特に赤身の多い、モモ肉、ヒレ肉がおすすめです。カレーライス具材を豚ヒレ肉にしてみる等簡単なアレンジもありますので、栄養バランスを整え、今年の夏を乗り切ってください！



## 最近の主な取り組み

通勤途中の道端に咲いた紫陽花。片道2時間の通勤での心のオアシスです。



hosei\_kohgyo • フォローする

hosei\_kohgyo 通勤途中の道端に咲いた紫陽花。片道2時間の通勤での心のオアシスです。

#豊清工業 #コンクリート #試験 #佐倉 #セメント #電気工事 #橋梁点検 #施設管理 #実験 #分析 #求人 #仕事 #人材派遣 #環境整備

4日前

やーまんが考えて、丸山さんが作ってくれたその日の当番表です！すごく見やすくなってみんな仕事がやりやすくなりました！



hosei\_kohgyo • フォローする

hosei\_kohgyo やーまんが考えて、丸山さんが作ってくれたその日の当番表です！すごく見やすくなってみんな仕事がやりやすくなりました！ありがとうございます👏

#豊清工業 #コンクリート #試験 #佐倉 #セメント #電気工事 #橋梁点検 #施設管理 #実験 #分析 #求人 #仕事 #人材派遣 #環境整備

3日前

共有スペースの整理整頓をしました。これでみんなが気持ちよく使えるようになりますね！



hosei\_kohgyo • フォローする

hosei\_kohgyo 共有スペースの整理整頓をしました。これでみんなが気持ちよく使えるようになりますね！

#豊清工業 #コンクリート #試験 #佐倉 #セメント #電気工事 #橋梁点検 #施設管理 #実験 #分析 #求人 #仕事 #人材派遣 #ベップトーク #PEPTALK #環境整備

2日前

QRコードで記事にアクセスできます。↓↓最近の記事はこちら↓↓



豊清工業のInstagramはこちら →→→

