

# オネストかわら版 2025年3月号

まもなく春本番です。が…同時に花粉症が猛威を奮う時期でもあります。

今や日本人口の42.5%(2019年度)が患っており、年間1~2%の罹患者が増加しています。

そこで今回は花粉症への対策を羅列させていただきます。

- ① 眼鏡、マスクを着用し粘膜への花粉の付着を防ぐ
- ② 手洗い、うがい、洗髪で花粉を落とす(鼻うがいは抜群の効果あり!)
- ③ 洗濯物の外干しを控える
- ④ 空気清浄機を用いた換気の実施
- ⑤ ツルツルした素材の服を着用し、入室前に服をはらってから入る
- ⑥ 発酵食品を食し腸内環境を整える(ヨーグルト、キムチ、納豆など)
- ⑦ 花粉症に効果のある食べ物→バナナ、チョコレート、カテキンが含まれるお茶、ビタミンが豊富な食べ物
- ⑧ 鼻の近くにあるツボをおす(清明と迎香がオススメ!)と鼻詰まりが解消される



また最近では花粉症治療を目的とした『舌下免疫療法』という治療法があります。

これは長期間服薬を継続し、80~90%の人に効果があり20~30%の人が根治した治験実績のある新しい治療法です。以前からあった皮下免疫療法より身体への負担が少ない点や、保険適用される治療法である点が魅力的な治療法です。ただし治療期間は最長で3年間となり根気のいる治療法であるとも言えます。

全部実施するのは困難だと思いますので上記に列挙したものを各自できる範囲で取り入れてみてはいかがでしょうか。

皆様が楽しい春をお過ごしいただければ幸いです。

メンテナンス部 係長 天野 勝一



## 【社内業務連絡】

2025年2月 入社者2名・退職者5名でした！

よろしくお祈りします

社員として勤務しておりました山下が2月末で退職いたしました。



突然のことで驚かせた方はごめんなさい。

山下の担当しておりました現場の後任担当者は福田主任・天野係長にて引き継がせていただきます。山下とのやりとりで対応途中の事柄があれば後任担当者へお伝えください。

本年も研修会を開催いたします！（詳細は裏面）

この研修会は仕事をしていくうえで必ず必要になるスキルを身に付けていただく機会となり全従業員を対象としています。また、本年4月にはオネスト20周年を迎えることもあり日頃活躍していただいている皆様への感謝の集いとしても計画しております。（なにが催しされるか楽しみにしておいてくださいね♪今までの研修会とは一味違うよ😊）

併せまして、例年通り6月末時点で満70歳を超えられる方は雇用契約の更新手続きも同時開催します。

今月より始まっている事前面談にて雇用終了の判断となる方へは5月中旬までにその旨の通達が発送されます。

全員参加！！



ヒヤリハット報告書について

今回の提出期限は5/4になります。提出はFAX(072-980-6323)でもOK!

今回も選出者へは社内取り組みに対する貢献として手当が付きます!

新規雇用させていただいている方もどしどし提出いただいております。

## 令和7年度 社内研修会日程決定！

開催場所：エディオンアリーナ（旧 大阪府立体育館）  
多目的ホールC・D

《大阪市浪速区難波中3-4-36》

開催日：2025年6月7日（土）10：00～15：00

2025年6月8日（日）10：00～15：00

※いずれか1日を選んでください

雇用契約更新：いずれの開催日も15：30～16：30

例年通りに2日間の開催の内、どちらか1日を選んでいただけます。昼食は準備いたします。（毎年好評！お楽しみに☆彡）

貸与物事前調査票に記入し3月分の日報と同封し返送するか  
FAXにて返信してください。（期日は4/4）

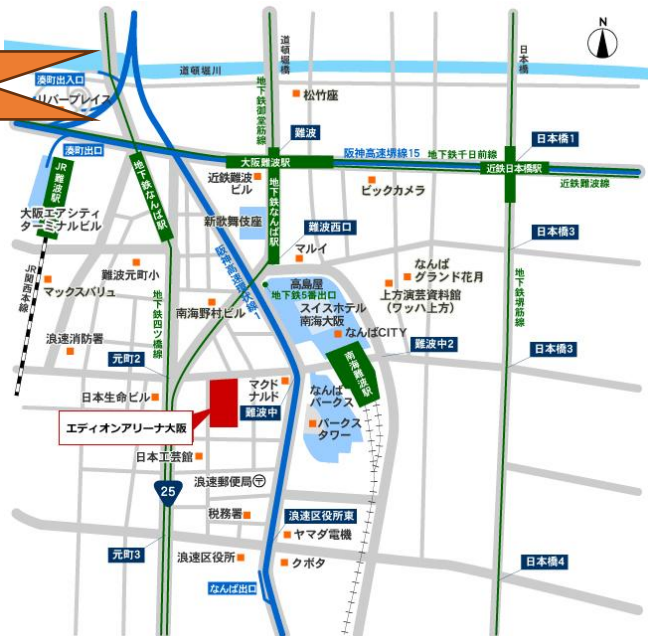
年に1度の事でこれだけ早くにお知らせしていますので参加できるようご調整いただきます様にお願いします。

出欠に関しての案内は来月号に同封いたします。

研修会をやむを得ず欠席となった方は研修会と同内容の課題をこなしていただきます。

（※管轄の保健所へ教育内容の詳細を報告する必要がありますので必ず全従業員が同内容の履修の必要があります）

契約更新に関わる最終面談を欠席された方は別日に事務所へお越しいたいただきます。



### 社内監査を実施します

以下の現場へ部長もしくは社長による社内監査を行います。（対象物件は無作為選定です。他意はございません。）

当日、5分程度お話をさせていただきますが声かけがあるまで通常通り作業を行ってください。

（急遽緊急対応などが発生した場合は予定を変更し中止する可能性があります）

事前に準備していただくようなものではありません。努めて通常通りに作業して行ってください。



フージャース八尾	3/24（月）10：30～11：00
シマノセールス A棟	3/27（木）12：30～13：00
シマノセールス B棟	3/27（木）11：30～12：00
シマノセールス C棟	3/27（木）12：00～12：30
アプリコーゼ	4/3（木）11：30～12：00
JAST 香里至誠館	4/4（金）13：00～13：30
プランテック本社ビル	4/7（月）10：00～10：30
深江橋 MHビル	4/15（火）9：30～10：00
コーライ食品	4/21（月）15：00～15：30