

2026. 8. 1

『四社のWa』

4社合同 情報誌

モス物流プランニング株式会社

北海道共販運輸株式会社

株式会社 K2 J A P A N

株式会社 CATS 36

『和』 and 『輪』を考える

第40号

(社内情報誌累計149号)

8月の北海道は様々なイベントが行われます。
この時期、人気のあるレジャーといえば海水浴・キャンプですね。その時に良く食べられるのがスイカ。
夏の風物詩とも言えますがいろいろな種類があります。
高級スイカとして有名なのが当麻町の『でんすけスイカ』、他に共和町『らいでんスイカ』、黄色い果肉の『ひまわりスイカ』や『おつきさま』など見た目も美しい個性はスイカもあります。

4社の知恵と汗で共に成長して行きましょう！

業務部通信

・・・熱中症に注意しましょう・・・

厳しい暑さが続く時期となりました。熱中症は屋外だけでなく、車内や倉庫内での荷役作業中にも発生する危険があります。

日々の健康管理を心掛け、運転中や荷物の積み降ろし作業中は、こまめな水分補給・塩分補給を行い、無理をしないことが大切です。体調に少しでも異変を感じた場合は、早めに休憩を取り、管理者へ報告してください。

また、暑さによる疲労は、身だしなみや表情、言動、接客態度にも影響を及ぼします。

お客様や荷主様へ不快な印象を与え、クレームにつながる可能性もあります。

「安全」と「品質」は、まず健康な体があってこそ実現できます。一人ひとりが体調管理を徹底し、暑い夏を事故なく、安全に乗り切りましょう。

お知らせ

2015年から発行してきました

「**健康相談室からのお便り**」を休刊することになりました。

社員の皆さんに、少しでもご自分の健康について考えていただきたいと思いながら発行してまいりました。

長きにわたり、つたない文章にお付き合い下さりありがとうございました。多忙な日々、お疲れのこととと思われますが、体調を崩さないように気を付けてください。

健康相談室

森美代子

『ころがる』くん 新シリーズ 公開中!!



Aiで『ころがるくん』の
動画を作成してみました。



私の健康法



北海道共販運輸 入社3年目

大野 恭子さん

健康法というか、ストレス解消法です。

『エキゾチックロングヘア』という

種類の猫を飼って4年目になります。

大きな目にペチャ鼻の、いわゆる

『ブサカワ』な猫です。



性格は人懐こくてどこまでもおっとり。

怒ることもないし、高い所にもほとんど登りません。

そして一日24時間中22時間は

寝ているんじゃないかと思っています。

イビキかきながらブサイクな顔で（褒めています）

寝ていたり、ゴロゴロ言いながらすり寄ってくる姿を

見ると、とんでもなく癒されます。

ホワイトハウスにこの子を置けば戦争も終わるん

じゃないかと半ば本気で思ったりしています。



☆私の健康法

- ・ 16時間断食を週1～2日行う
- ・ 規則正しい生活
- ・ バランスの良い食事（フルーツ多め）



☆私の好きな言葉・名言

『継続は力なり』

（小さな継続が大きな力になるため）

『感謝』

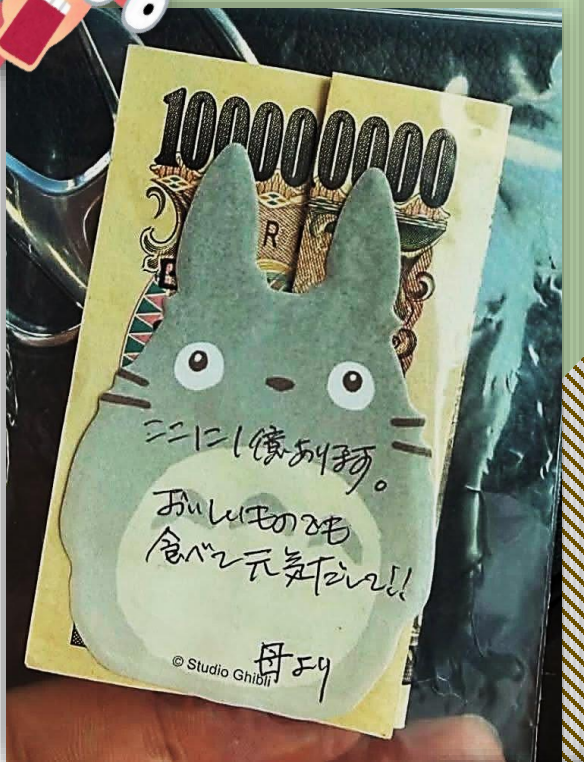
目に見えて、耳が聞こえて、口があり、
ご飯が食べられる。手足があり、不自由なく
生活が出来る。あたりまえと思っていることは
本当にありがたいこと。
あたりまえはあたりまえじゃない。
だから僕は日常に感謝しています。
手と手を取り合って互いに感謝する。
結局最後は人と人です。



いつの間にか 呼び方が変わったもの

昔	今
ハンサム	イケメン
ジーパン	デニム
出会い系サイト	マッチングアプリ
自殺点	オウンゴール
えもんかけ	ハンガー
看護婦	看護師
保母さん	保育士
ランニング	タンクトップ
痴呆	認知症
シンクロナイズドスイミング	アーティスティックスイミング
リュックサック	バックパック

ネットで 見つけた 面白画像



何 度 で も



人生は何度でもやり直せる。

リセットボタンは無いけれど、

気持ちはリセットできる。

思考はスッキリできる。

そうやって切り替える事で

今までの自分とは、

ひと味違う自分になれたりする。

