PRA・SHARE  
NEWS

株式会社プラシェア社内報第58号

|  |
| --- |
| ！TOPICS！  当社の循環型社会実現、環境保全に向けた取り組みが評価され、このたび、第12回グリーンエコ大賞の準グランプリ受賞が決まりました！主な評価ポイントとなったのは、リサイクル率100%を目指した廃棄物分別の実施、里山再生プロジェクトへの積極的な支援です。引き続き取り組みを推進していきますので、これからもみなさまのご協力をよろしくお願いします。 |
|  |
|  |

当社が再生支援している里山での一枚。若木が育っています。

# もうすぐ夏本番

梅雨入りのはやかった今年は、夏本番もはやくやってきそうです。今夏も猛暑となることが予想されています。そこで今号のPRA・SHARE NEWでは…

## 夏を元気に過ごすための準備についてお伝えします

6月からはスーパークールビズがスタート。熱中症にも注意が必要です。

### ● 6月からはスーパークールビズ。期間中の服装は…

当社では、5月からクールビズを実施していますが、6月1日から9月30日まではスーパークールビズ実施期間とし、ノーネクタイ、ノージャケットを基本に、より涼しく働きやすい服装での通勤を推進します。当社では半袖シャツ、ポロシャツ、チノパンはOKですが、Tシャツ、ランニングシャツ、ハーフパンツはNGです。素材でも快適さが違います。綿や麻など通気性のよい天然素材や、吸湿性、吸水性、速乾性に優れた機能性素材のものを選んでみてください。なお、外出時には、訪問先に合わせてジャケットを用意するなど、TPOある服装でお願いします。男性社員も日傘の利用がおすすめです。

### ● そろそろ熱中症対策も必要です

夏本番前のこの時期は、身体がまだ暑さになれておらず、熱中症になる危険が高い時期です。日ごろから栄養バランスのよい食事、十分な睡眠をとっておくことが大切です。上手に汗をかけるように、身体を少しずつ暑さに慣らしていきましょう。今の時期からウォーキングなどうっすら汗をかく程度の運動を１日20～30分、週に３日程度行うのもよいそうです。ただし、決して無理はせず、暑い時間や場所での運動は避けてくださいね！  
外回りや出張は時間を調整して、無理のない予定を組みましょう。喉の渇きを感じる前に水分補給をこまめに行い、汗をたくさんかいた場合は塩分の補給も必要です。

はやめの対策で夏本番に備えましょう！

# 節電にご協力ください



電源オプションの設定を見直しましょう。

お問い合わせ先

株式会社プラシェア広報部

〒132-0033  
東京都江戸川区東小松川X-X-X

電話：03-9517-XXXX

メール：news@prashare.xx.xx

URL：http://www.prashare.xx.xx

今夏当社では、20％節電を目標としています。

●冷房の温度は28℃をめやすに設定してください。  
●会議室使用後は、電気、エアコン、プロジェクターの電源を忘れずオフにしてください。  
●シュレッダー、コピー機は使用しない間は電源を切りましょう。  
●パソコンの電源オプションの設定やモニターの明るさを使用状況にあわせてこまめに調整してください。  
●毎週火曜日はノー残業デーです。6時には退社してください。

みなさまのご協力をよろしくお願いします。

# 定期健康診断のお知らせ

本年度の定期健康診断を以下の要領で実施します。各自日程を調整して受診してください。

●実施日：6月10日（月）、6月20日（木）  
●時間：午前9時30分から11時30分  
●場所：男性…会議室107、女性…会議室210  
●健診項目：問診、身体計測、血圧測定、視力検査、聴力検査、血液検査、尿検査、胸部X線撮影、内科診察

※事前に問診票を配布しますので、必要事項を記入して当日持参してください。

上記日程で受診できない方は、指定医療機関での個別健診となりますので、6月3日（月）までに総務部：只野さん（内線1030）まで連絡してください。