



## 9月の歳時記(長月/September)

残暑お見舞い申し上げます!



## ★ 食欲の秋「収穫祭」

これからは、暑かった夏も過ぎ、少しずつ秋らしくなって行きます。買い物に行くとさんま(今年も不漁で高い)や、きのこ、根菜類、果物等秋の食材が目にとまり、いろいろと食べてみたくなります。また、新米が出始めると、ご飯がおいしくてますます食欲がわきます。

ではなぜ、秋になると食欲がでるのでしょうか?(私見です)

- ①夏バテで食欲が低下⇒涼しくなり食欲が回復する。
- ②おいそいな秋の味覚がいろいろと出始めた。
- ③秋風と共に気温が下がり、体温を保つため基礎代謝を上げる為にエネルギーが消費され、補うためお腹がすく。
- ④動物の本能、寒い冬に向け栄養を蓄えようとする。等。

食欲のまま食べて後で後悔しないよう、バランスよく、調理方法を考え

しっかり噛んで、ゆっくり食べ、上手な食生活を送りましょう。くれぐれも食べ過ぎて『馬肥ゆる秋』とならない様ご用心あれ!

※ 収穫祭と言えば、『ハロウィン』これは海外の祭、収穫の感謝や翌年の豊作祈願の意味からするとちょっと違和感があります。日本は元々稲作が盛んな農耕民族、不作ともなれば死活問題それだけに『収穫祭』は重要な祭りに位置付け、各地方で独特の文化がありますが、代表的なものは宮中祭祀である『新嘗祭、神嘗祭』として行われる、五穀豊穡を感謝する『収穫祭』と言えます。(新嘗祭:新穀を得たことを神様に感謝するお祭り(11/23)、神嘗祭:新穀を天照大神にお供えし五穀豊穡に感謝するお祭り(10/17))

◆何でも手に入る当たり前の時代、今こそ忘れかけている「収穫の秋、恵の季節」その恵みに感謝しましょう。

★ **こよみ:** 防災の日(1)、白露(7)、重陽の節供(9)、二百二十日(10)、敬老の日(21)、秋分の日・秋彼岸(23)、交通安全週間(21~30)

## 1 全国労働衛生週間【準備月間9月1~30日 本週間10月1~7日】

スローガン **みなおして 職場の環境 からだの健康**

この週間は、働く人の健康の確保・増進を図り、快適に働くことができる職場づくりに取り組む週間です。

- ①重点事項: 過重労働の健康障害防止、メンタルヘルス対策の推進、化学物質の健康障害の防止等
  - ②その他の重点事項: 腰痛予防の推進、受動喫煙防止の推進、熱中症予防徹底等
  - ③労働衛生3管理の推進: リスクアセスメント、作業環境管理、作業管理、健康管理等の推進
  - ④作業の特性に応じた事項: 粉塵障害対策の推進、騒音・振動障害防止、酸欠防止等
- 快適な職場形成の為、改善活動を推進しましょう!



## 2 with-corona after-corona post-corona コロナと共に生きる!

## 日常生活での基本的感染対策

- ・まめに手洗い、手指消毒
- ・咳エチケットの徹底(外出はマスク着用)
- ・人との間隔はできるだけ2m(最低1m)
- ・「3密」を避ける
- ・会話をするときは、可能な限り対面を避ける
- ・感染が流行している地域の往来は避けて
- ・口腔ケアで感染予防
- ・毎朝、体温測定



## 3 トピックス

(1) **児童福祉施設に教材を寄贈!** (神栖市社会福祉協議会経由/毎年2回寄贈/旭新運送(株)協賛)

「つくしんぼ」: 運動学習用教材(巧技台他)、「なのはな」: 絵本6セット・紙芝居3セット

(2) **ADEKAグループコーポレートスローガン『Add Goodness』制定!**

ADEKAの製品・技術・サービスを通じて“**くらしのすべてをより良く**”する姿勢を表現いち早く社会変化を捉え、お客様と共に、新しい価値を創造し続ける意思を持つ!

**その作業 手を出す前に危険予知 基本を守って 安全確保!**

疲れてませんか 心とからだ みんなでつくろう健康職場

**ご安全に!**



