



# 5x5 MAGAZINE

信幸プロテック株式会社

TEL 019-697-7200  
FAX 019-697-7209



-GO INTO ACTION-

GO INTO ACTION! - 空調 & 設備のレスキュー隊 -

## TOP NEWS 最近の信幸プロテックニュース

# アスファルト舗装・荷受庫を新設



駐車場のアスファルト舗装が完了

今年の夏、駐車場のアスファルト舗装と荷受庫を新設しました。

【アスファルト舗装】  
新社屋に移転してから駐車場の半分を砂利のまままで過ごしていました。「冬季に砂利の上で雪かきするのが大変」「雨の日には水たまりができる」という声が多く、環境委員会が中心となってアスファルト舗装を計画。酷暑の中、信頼する舗装業者さんにスピーディーに対応して頂いたおかげで、あっという間に工事が完了。砂利の跳ねで車を傷つける心配もなくなり、新入社員も楽に駐車することができています。



荷受庫を新設

この冬、快適に雪かきできるのが楽しみです。

【荷受庫の新設】  
以前使用していたレンタル倉庫は、受け取った荷物が収まらないことがよくありました。新設後はスペースに余裕ができたので、長い形状の荷物や大きな荷物も保管しやすくなりました。棚も設置し、細かい荷物の置き場所が把握しやすくなりました。

今回のケースのようにアンケート等でスタッフの要望をヒアリングすることで、様々な改善や気づきがあります。これからは、さらに快適な働く環境づくりに努めます。

## CASES 作業事例

今号はルームエアコンの温度が下がってコン入替工事を紹介したいと思います。それを行います。下の写真は解決できるのが寒冷一般地用エアコンか、地用エアコンです。寒冷地用エアコンの使用中は常に温かいに入替している様子。お部屋で、快適に過す。冬期間にルームエアコンがおすすめです。

ムエアコンを暖房運転 冷房・暖房をエアカンに切り替える場合、霜取運転 一台で済ませた転が必須になりま いという方は、寒冷す。霜取運転中は暖 地用エアコンがオス房運転が止まり、お部 スメです。



そのほかの作業事例はこちらからご覧下さい



## SOCIAL MEDIA ブランディングチームで日々更新しています!

# SNS&HPでわたしたちの『今』を発信中

9/12 地元大学の企業見学を受け入れました

10/18 作業用キャップが新しくなりました!

10/20 おおいた働き方改革トップセミナーで講演

10/27 岩手山をバックに社内キャンプを開催

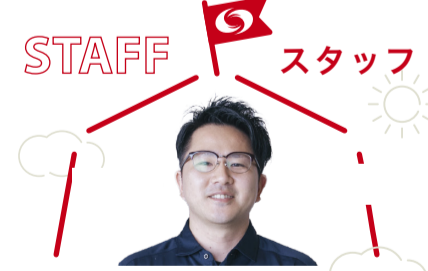
10/27 もりおかシティマラソンに今年も参加

・設備や機器、工具の知識が豊富で頼りになります  
・キャンプが好きで一緒に行くと困りません  
・仕事中心いつも助けてもらっています



（趣味・休日の過ごし方）  
キャンプなどアウトドアが多く、将来は子供を外遊びの達人にしたいです。

（仕事内容）  
サービス部に所属し、主にビルなどの空調、水回りの修理・点検・施工全般を担当しています。レスポンスの良い、スピーディーな対応を心掛けています。



生活が豊かになるよう世界が発展し続けているように、私も随時、情報をアップデートして誤った認識を減らしていきたいです。

仕事に効く! BOOK / FACT FULNESS ハンス・ロスリング他(著)

今回私が紹介する本は「ファクトフルネス」です。この本は「どれだけの人が無意識に従来の情報のまま物事を認識し、大きな誤解に気づかないまま判断しているか」を具体例を示しながら説明しています。

例えば、世界の「5歳未満児死亡率」の例を見て、自分は「世界は未だに5歳未満が亡くなってしまおうような環境の国が溢れている」と感じましたが、過去のデータと比較すると死亡率は年々改善し、教育を受けられるほど経済状況が発展した国は増えています。このような認識のズレは、情報のアップデート不足が原因です。

## STAFF DIARY スタッフ日記

### サウナをご紹介します

今号はサウナについてご紹介します。

サウナは2000年以上前に「寒暖差が激しい気候の中で日頃の疲れを癒すため」フィンランドで生まれた健康習慣が起源だと言われています。

食料の貯蔵やスモークをするための部屋が沐浴する場所へと変化し、サウナへと進化したそうです。(諸説あり)

サウナには血行が良くなる、疲労回復、ストレス解消、毛穴の老廃物を取り除く美容効果など様々なメリットがあり、現在は日本でも心身共にリフレッシュできると老若男女問わず人気となっています。

サウナの入り方をご紹介します。基本的にサウナ浴→冷水浴→外気浴の交替浴を循環します。サウナ浴で脈がいつもの2倍程になったら冷水浴を行い、息が冷たくなる位まで入ります。最後に外気で身体を休ませ、全力でリフレッシュします。これを2~3回繰り返すことで「ととのう」ことができます。

他にも様々な方法があるので、こまめな水分補給をしつつ、体調に留意しながら自分に合った方法でサウナを楽しんでみてください!



(スタッフT)