

タック健康人間宣言

2022年4月号

今年のテーマ『身体も心も健康を目指す』

株式会社タック 総務部



寒い寒いと呟いていたのに、もう4月！新年度ですね！もうすぐ桜も満開を迎えそうです(^0^)/
今年も、新たにタックメンバーとして新卒5名の仲間が増えました☆
まん延防止も何ヶ月ぶりかに全都道府県解除になりましたが、まだまだ感染者数は多いままです。
気を抜かず引き続き感染症予防対策をしていきましょう！



今回、リフレッシュについてのゲストは
新婚で幸せいっぱいの河野さんです！



(前回からの新婚つながりです)

☆第3回 タック・リフレッシュインタビュー☆



ストレス発散方法は??

ストレスをためない様にするために…
甘いものが好きなので毎日食べてしまっています☹️適切な量で守りたいとは思っているのだけど、ついつい手がピョ〜と伸びるので。右手を叱りつけながら、買すぎないように心がけています。
リフレッシュは休日に友達と遊びに行くことですね。まだまだ未婚の友達も多くて、出回っていることが多いです。



新婚幸せエピソード♡

結婚はしましたが、生活時間が違うことが多いので一人暮らしと変わらないような気がしますが・・・
あえて言えば夕食は大量に作らないといけなけれど、ダイソン並みの吸引力で食べてくれるとこかな
…(//▽//)ポッ



🌸お花見スポット紹介🌸



🌸 旧閑谷学校

閑谷学校といえば楫の木が有名ですが、桜も綺麗なようです！！
岡山お花見人気ランキングでは**23位**！
すぐ近くにある桜の名所なので仕事終わりにフラッと行ってみるのもいいかもしれませんね〜(^_-)-☆

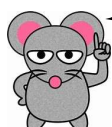
ちよつと微妙な順位...



🌸 芳嵐園 (和気神社)

和気の桜の名所、芳嵐園！
藤公園として4月下旬から5月上旬にかけて藤の花が有名で、GWは大渋滞ですが、桜の名所としても有名です☆園内は散策が可能なので、ゆっくりとお散歩気分です散策してみてくださいか??

和気町民だけが知る穴場かも



「お知らせチュ」

3月の定期健康診断結果を確認して、「よしッ」と思ったかた、はたまた「ガクッ」となった方、後者の方は、要精密検査、要再検査、気になることがある方は早めに行くでチュ

文責：八幡・松山