

今年も無事に新年を迎えることが出来、大変嬉しく思います。旧年中、皆様には大変お世話になり、誠にありがとうございました。

今年の干支は午。成長や成功・繁栄のシンボルとして、縁起の良いものとされています。更に、今年は、丙午にあたり、非常にエネルギーに満ち溢れている年です。当社にとっては、現3か年計画の最終年、次期3か年計画のスタートの年になります。エネルギーッシュに目標を達成していきたいと思いますので、皆様もよろしくお願ひいたします。

健康面では、仕事でどんなに素晴らしいパフォーマンスを発揮しても、健康でなければ意味がありません。2024年度から取り組んでいる健康経営では、ウォーキング大会・体力測定会・カラオケ大会など、イベントを実施しています。今後もコミュニケーションの場・健康を意識する機会を提供していきます。従業員の皆様が一人でも多く参加していただくことが、一番大切な事だと思います。ご協力のほどよろしくお願ひいたします。

がん対策推進企業アクション

第98回 がん患者へ高たんぱく食を 視聴した。

要約：十分なたんぱく質を摂取することは健康の維持に欠かせない

特に66才以上の高齢者には脂肪全体を減らす・がんの予防にもなる

一方で、日本人のたんぱく質摂取量は減り続けている

有酸素運動・筋トレ・十分なたんぱく質の3点セットが大切

ポイント：「たんぱく質摂取量は、この20年間減り続けている！！」

2026.1.7

代表取締役 北岸一宏