



大阪営業所より

東京本社より

オンライン懇親会

オンライン懇親会
 コロナ感染防止対策のため、最近是对面での懇親会をなかなか行うことが出来なかつたので、3月に東京・大阪の総務課でオンライン懇親会を行いました。

自宅から気軽に参加できるオンライン懇親会はとてもリラックスしながら各々が好きなものを飲食し、みんなの顔を見つのお話しながら各々が好きなものを飲食し、みんなの顔を見つお話しすることが出来ました。

みんなでお互いのことをたくさんお話したので、以前より仲がもっと深まったと思います。

全体でオンライン懇親会が開催出来たら、楽しそうですね。



「五月病」について

連休後になんとなく体調が悪いと感じたり、仕事に集中出来なくなり、やる気、食欲、睡眠が低下する状態を称して「五月病」と呼びます。

「五月病」を回避するには？

- ①好きなことをしてみよう！
- ②適度な運動をしてみよう！
- ③夜更かしに注意しましょう！
- ④友人とお喋りをしましょう！
- ⑤ビタミンCを摂取しましょう！



⑥お酒やカフェインは控えましょう！

上手に息抜きをしながら、五月病を回避したいですね！

