

SAISHO NEWS

12
2023

冬でも水分補給

＼ 今月の主役 ＼



感謝状

殿

あなたは自動車運転者として
二十余にわたり安全運転を
励行され交通事故防止に多大の
貢献とされました
に長期無事故金章を贈り
深く感謝意を表します

令和五年十一月十六日

香川県交通局長 大窪雅彦

香川県交通安全委員会 宗岡正二



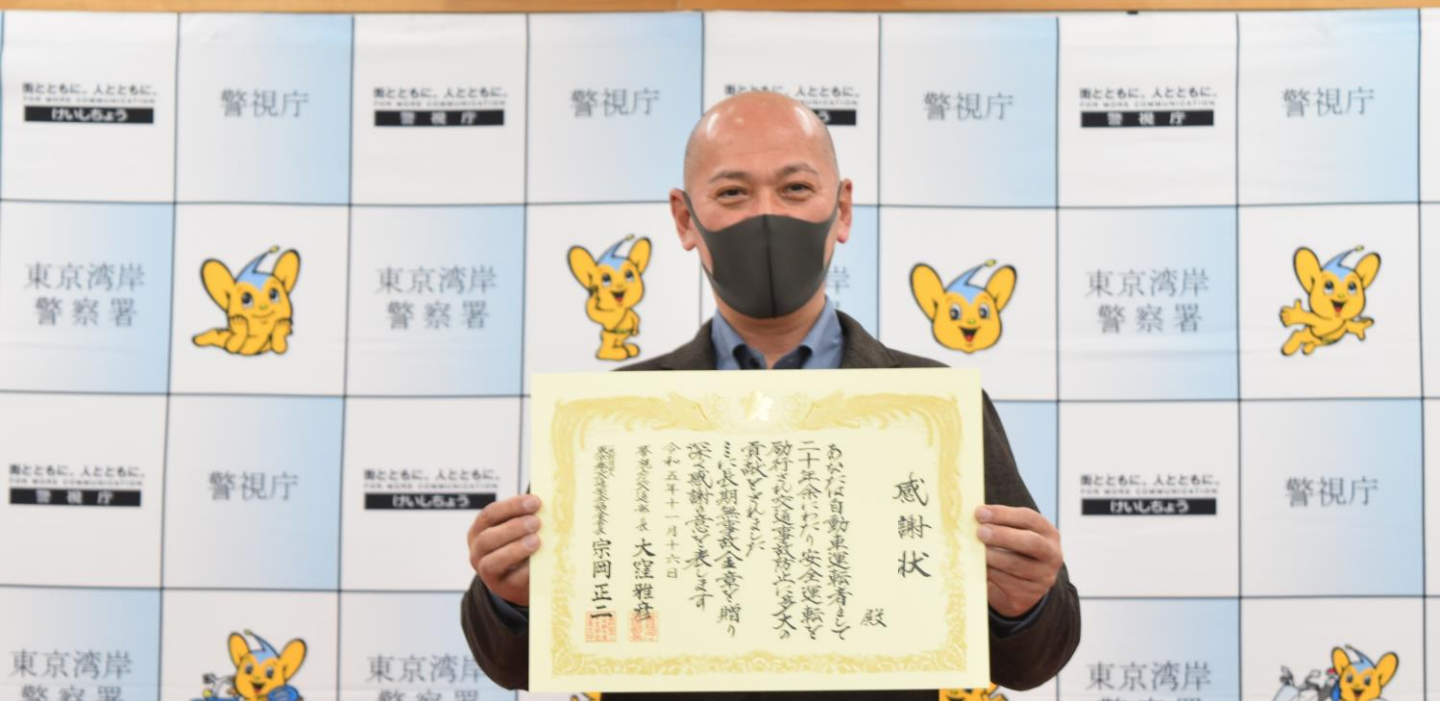
冬も水分補給 ～なぜ冬も水分補給なのか？～

風邪やインフルエンザの原因となるウイルスは、乾燥した状態で活発に活動します。反対に湿度50%以上になると活動が急激に低下します。水分補給は喉や鼻の粘膜をうるおしてウイルスの侵入を防ぐと同時に、侵入したウイルスを痰や鼻水によって体外に排出する作用を助けます。

また、冬場には脳卒中や心筋梗塞の発症が増えます。これは寒くなって血圧が上昇することも一因ではありますが、水分補給も大いに関わっています。寒くなって汗をかかなくなり、のどの乾きを自覚しにくくなる冬場は水分摂取が少なくなります。水分摂取が少ないと、血液の粘度が上がり、いわゆる「ドロドロ」の状態となります。ドロドロ血液によって血管が詰まりやすくなり、結果として脳卒中や心筋梗塞を引き起こす可能性が高くなります。脳卒中、心筋梗塞予防のためにも、冬場も水分補給！です。

今月の振り返り

通功労者等表彰式



2023年12月6日、東京湾岸警察署で行われた「令和5年度秋の交通功労者等表彰式」におきまして東京都湾岸警察署長・東京都湾岸交通安全協会会長より感謝状を授与されました。

「交通功労者表彰式」とは永年にわたり交通安全に尽力している個人や団体、また永年安全運転を心がけていただいている個人に対し感謝状を贈呈する表彰式です。

＼サイショウメンバーに聞いてみた／

Iさんが表彰されましたが、
どうですか？

Nさん



20年以上無事故、安全運転で表彰されるっていうのは並大抵なことではないし、自分はゴールド免許をとったことがないのでこれからも安全運転を続けてほしいです。

Iさんはどういう人ですか？

厳しさの中にも優しさがある頼れる大先輩です。入社したての頃は、長距離に出られている事が多くあまり会えない方というイメージでした。ですが、お会いした時にはお忙しい中で南京をいかにスムーズに出来るか、また応用のやり方などを教えてくださり本当に優しい方です。4tという大きな車いっぱい荷物積んで全国に回られる姿がとてまかっこいいです。

Mさん

