

行動の習慣化で大病を未然に防ぐ！

リノベーション事業部
田久保 緑



昨夏、厚生労働省が発表したデータによると、日本人の平均寿命は、男性は81.09歳、女性は87.14歳。1983年は男性74.2歳、女性79.78歳でしたので、男女ともに40年前よりも平均寿命が約7年延びたということです。

・・・となると大切なのは**健康**です。高齢になってから急に健康になる人はごく稀。現役で働く今のうちから、いかに不調なく健康に過ごしていけるかがカギとなります。そうは言っても、多くのストレスや過酷な環境で生きる私たちにはリスクがいっぱい。例えば、気圧の変化により頭痛やめまい・むくみがある「気象病」、強い日光やPC・スマホの多用による目の疲れ、頭痛・吐き気・全身倦怠感がおこる「眼精疲労」、ストレス・心因性の「睡眠障害」など、軽く思われがちな症状ですが、長引いたり重なったりすることで大病につながるケースも多々あります。

症状が小さなうちに、勤務中にもできる小休息やマッサージ・軽い体操など、小さな行動の習慣化が、大病を未然に防ぐことにつながります。

仕事もプライベートも体が資本。健康な体を維持するためにも、年の初め、「食事」「運動」「睡眠」を見直し行動に移しましょう！

本年も変わらぬご愛顧を賜りますよう、心よりお願い申し上げます。



今年も会長・幹部社員で成田山新勝寺へ参詣に。商売繁盛・現場安全、そして健康祈願をしまいいりました♪



INAX「Femtech Japan Award 2024」2年連続受賞！

LIXIL 西千葉営業所 岡田 凌

INAX シャワートイレ ビデ専用ノズルが「Femtech Japan Award 2024」において2年連続「SILVER」を受賞しました。

フェムケア(Femcare)は、女性の身体や健康をケアする製品やサービス全般のことを指し、女性にとって働きやすい社会や環境のサポート、または生活の質(QOL)の向上に寄与するものとして注目を集めています。LIXILでは女性特有の健康課題の解決に向けて、フェムケアに関連した製品の開発にも取り組んでいます。

〈受賞製品〉INAX シャワートイレ (ビデ専用ノズル)
INAXのシャワートイレは、全機種に「おしり専用」と「ビデ専用」の2本のノズルを搭載しています。この2本のノズルは、35年以上前の発売以降、「おしり専用」・「ビデ専用」それぞれのノズルから出てくる水の勢いや範囲などニーズに合わせて改良を重ねたこだわりの機能です。

INAXのトイレは
女性にやさしい
トイレです

ビデ専用
ノズル

おしり専用
ノズル



全機種に2本のノズル
があるのはINAXだけ

一般社団法人 日本レストルーム工業会
会員の温水洗浄便座メーカーにおいて。
2023年6月現在。当社調べ。

LIXILは、これからもフェムケアに関連する製品を通じて、豊かで快適な暮らしを実現します。

わたしのオススメ



I like libraries

総務部
鈴木京子

私のオススメは「図書館」です。

鎌ヶ谷市立図書館は、本館と市内各地の公民館などにある5つの分館で構成されています。普段図書館は本館に行くことが多いのですが、先日はじめて東初富の分館に行ってきました。その日は吹奏楽団の練習があったようで、本を選んでいると楽器の音が聞こえてきます。本館の静かな雰囲気も好きなのですが、こうして音楽を聴きながら本を選ぶのもまたいいなあと、ほっこりした気分になりました。

こちら本の数は少ないのですが、陳列方法など本館と見え方が違うせいか今まで選ばなかった本に興味を惹かれたりします。

たまにはいつもと違う場所で本を探すのも楽しいですよ！

最近では、図書館アプリで本の在庫状況を見られたり予約することもできるので、お目当ての本も探しやすくなっています。

みなさんもお気に入りの空間を見つけるべく、図書館めぐりをしてみてください！

