

▶来島海峡大橋を走る西岡・宮本・泉



サイクリングしまなみ2018に総務メンバーとあぐりの泉さんで参加しました。

お天気にも恵まれ初めてのしまなみ海道走行は爽快そのものでした。エイドステーション後の約19kmは風が強く最後登り坂は心折れそうでしたが無事、完走することができました。

フィニッシュ直後はしんどかったですがスタッフが用意してくれていた当地の鯛力ツバーガーを頂いたら疲れも吹き飛びました。

また、機会があれば今度は違うコースでチャレンジしてみたいです。

〈管理本部／筒井杏子〉

Grp サイクリング しまなみ2018



立冬 第43号
平成30年11月発行

各社・各部署は掲載事項がありましたら、管理本部までお送り下さい。

TEL089-921-3030

FAX089-913-7432

k.hayase@ikee.jp 〈担当 早瀬〉

先日、サイクリングしまなみ2018の今治・大島の往復30kmに初めて参加しましたが、天候にも恵まれ最高のサイクリン



▲エイドステーションにて集合写真

30kmコースと短い走行でしたが、よしうみバラ公園でのお接待や、フィニッシュ地点のしまなみアースランドでのおもてなしは、とても温かく、まさに日本最大級の国際的な素晴らしいイベントだと感じました。

次回、サイクリングの大会に参加する機会があれば、もう少し距離を延ばして挑戦してみようと思います。

〈管理本部／早瀬啓貴〉

▶フィニッシュ後焼き豚卵飯をほおばる宮本・泉



秋晴れの中、瀬戸内しまなみ海道を走るサイクリングしまなみ2018へ参加しました。走行距離の異なる様々なコースの内、今治から大島間を往復する初心向けの30kmコースを走りました。

美しい景観と風を感じつつ走ることが出来ました。最後の約1kmの上り坂には苦戦したが、無事完走することができてよかったです。

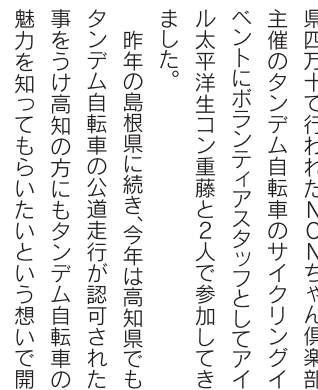
〈管理本部／宮本良平〉



グ日和でした。普段は通行することができないしまなみ海道を自転車で行き抜けるのはとても爽快で気持ちよかったです。最初の10km地点のエイドで休憩したときは余裕だと思いましたが後半は怒涛の上り坂で足がすりそうなほどしんどかったです。ですが、走り終えた後の達成感は何にも変えられない特別なものとなりました。

〈管理本部／西岡杜斗〉

▶フィニッシュ後焼き豚卵飯をほおばる宮本・泉



秋晴れの中、瀬戸内しまなみ海道を走るサイクリングしまなみ2018へ参加しました。走行距離の異なる様々なコースの内、今治から大島間を往復する初心向けの30kmコースを走りました。

美しい景観と風を感じつつ走ることが出来ました。最後の約1kmの上り坂には苦戦したが、無事完走することができてよかったです。

〈管理本部／宮本良平〉



10月28日「サイクリングしまなみ」に参加しました。

秋晴れの中、普段走ることのできない高速道路を自転車で行けるという貴重な体験にテンションも上がり開放感あふれるサイクリングを楽しむことができました。〈あぐり事業部／泉 憲治〉

Grp タンデム自転車の サイクリングイベント

みなさん、
頑張ったカメー！



タンデム自転車楽しみましたー！



〈愛媛グループ営業
／藤井大輔〉

普段、自転車に乗ることができない全盲の方や身体障害者の方にタンデム自転車を体験してもらいますが多くの参加者は初めての自転車を感じる風の音や香りに感動したと、とても喜んでいました。

愛媛県「自転車推進室」をはじめ県庁職員さんや伊予銀行サイクリングチームの方達と共にボランティアスタッフとして参加することによって意見交換等を行い親睦を深める事もでき、とても有意義な2日間を過ごすことができました。



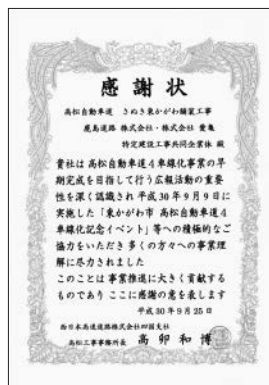
打を放ち、快勝することができました。三回戦では優勝候補の千葉代表と対戦し終盤までもつれる展開となりましたが最後は地

先日の社内報でお知らせした高松宮杯第62回全日本軟式野球大会(2部)の結果について報告します。初戦の愛知県代表に7-0で勝利、二回戦の新潟県代表に7-1で勝利、準々決勝では千葉県代表に2-3で惜敗しベスト8という結果になりました。

私は二回戦に先発し4安打1失点の完投で勝利投手となりました。打撃の方でも2安



全国大会結果報告



感謝状

9月9日、東かがわ市で行われた高松自動車道4車線化記念イベント協力に際しNEXCOより感謝状を頂きました。

力の差が出て敗戦しました。千葉代表が優勝しました。

2日間で3試合というハードなスケジュールでしたが有意義な時間を過ごすことができました。〈管理本部/西岡社士



岡田中学校職場体験

10月10日から3日間、岡田中学校の生徒さんがあぐりに職場体験に来ました。苗植えや出荷場の体験をしました。



▲苗植えを体験中

▼出荷作業の様子



松山工業高校生インターンシップ

10月15日、19日の間、松山工業高校の生徒が愛電とびるりにインターンシップに来ました。

愛電では土木技術や舗装技術、機械操作を学びました。



実際の現場も見学しました!

びるり

クイズ形式で勉強しました!



愛電

将来、愛電と一緒に働けたらいいカメ〜



びるりでは住宅の課題を与え、各々で計画してCADで図面化したり耐震工事現場の見学、木造耐震現地調査等を行い勉強しました。将来の仕事に生かしてほしいと思います。



松前町秋祭り

10月15日、松前町の秋祭りがありました。



▲松前プラントにお神輿がやって来ました



インフルエンザ予防接種について

季節の変わり目ですがいかがお過ごしでしょうか、風邪など引いていませんか。今年もインフルエンザが流行し始める時季となりましたが、皆さんは毎年インフルエンザの予防接種を受けているのでしょうか。

知らない人はいないと思いますがインフルエンザにかかりますと、咳や喉の痛みなどの呼吸器の症状だけでなく、高熱・全身のたるさ(倦怠感)・食欲不振な

インフルエンザの流行前に
予防接種を受けましょう!



(管理本部)

どの全身症状が強く、しばしば頭痛や関節痛・筋肉痛など呼吸器以外の症状を伴うのが特徴です。また、インフルエンザは非常に感染力が強く、ウイルスに感染している人が会話やくしゃみ・咳などをする事によって飛沫感染し16時間程度(最長5日の潜伏期間を経てウイルスの急激な増殖によって発症に至ります。感染が拡大してしまいますと周りの方にも迷惑がかかりますし、業務にも支障がでると思われるので、予防接種の受診をお勧めします。

インフルエンザは予防接種で100%予防できるものではありませんが、発症と重症化を抑制する効果は十分にあります。インフルエンザは例年11月、12月に流行し始め、翌年1月、3月頃にピークを迎えます。ワクチンは接種後、2週間程度から5ヶ月程度まで予防効果があると考えられていますので、遅くとも12月中旬までに予防接種を受けることが望ましいです。

全国土木建築国民健康保険組合では、毎年10月、翌年1月の間に予防接種を受けた被保険者に2000円を限度とした補助を行っておりますので、ぜひ活用して自己の健康管理に努めてください。