



たかの ゆうじ
高野 祐之

担当 経理課 お客様係

皆様、こんにちは。経理課の高野祐之と申します。寒さ厳しい季節になってまいりますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。一昨年に生まれた私の3番目の娘も2月で1歳4ヶ月になり、だいぶしっかりと立って歩けるようになりました。高い場所にも手が届くようになり興味あるところは手当たり次第触ったり舐めたりして日々嫁さんを困らせていますが、一緒に散歩もできるようになりましたので暖かくなったら公園でお散歩したいと思っています。

さて、お題の「風邪を引いてしまったら」ですが、どうしても子供が風邪を引いてしまうとほぼ自分も移ってしまいますので、風邪を引いても軽く済むように日頃の健康に気を付けています。20代の頃から続けているのは、緑茶は殺菌作用があるので食後に飲んだり、胡麻は抗酸化作用があるので擦ってご飯にかけたり、他はそういった成分が凝縮されたサプリを飲んだりです。風邪対策と言うよりは健康を長く保つ事を重視しています。社会人として体の健康を保つ事が基本だと思いますので今後も続けたいと思います。皆様も風邪をひきやすい季節ですのでお体には気を付けてください。



ふかさわ たかひと
深沢 孝人

担当 賃貸管理部管理課 お客様係

こんにちは、寒さきびしいおりですが、皆さまいかがお過ごしですか？この時期、私は家の炬燵から離れられないインドア派になり、ウィンタースポーツに励む方達をたくましく感じております。

さて、今回のお題「風邪を引いてしまったら」ですが、とにかく体を温めて早めに寝ることにしていきます。また、他の人に風邪を移さないように、マスクを着用しております。何か秘訣の特効薬などがありましたら良いと思いますが、体に入ったウィルスを免疫細胞が退治する為戦っている時に、外部からその症状を緩和する薬を服用することはあまりしておりません。

風邪を引いてしまったら、このようにしのいでおりますが、やはり風邪を引かない様に予防が大切だと思いますので、こまめな手洗いやうがいの励行をして、ウィルスを寄せ付けない様に気を付けたいと思います。

まだまだ風邪が流行していますが、皆さまもくれぐれも風邪などを引いて体調を崩されない様にお気を付け下さい。