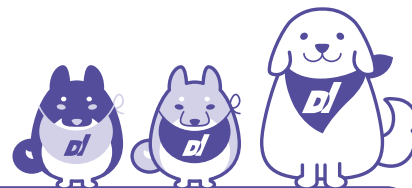




まるやま こうじ

丸山 晃司

担当 営業部 お客様係



新年 あけましておめでとうございます。旧年中は色々とお世話になり、誠にありがとうございました。

2021年も皆様のご期待・ご要望に応えられます様取り組んでまいりますのでご相談などありましたら遠慮なくご連絡頂ければと思います。

今回のテーマ「今年のご目標」ですが「1年通して健康で動ける体を維持する」になります。

大きな病気などはしたことは無いのですが、年齢のせいもあり健康診断の数値はあまり良い数値ではない部分もあります。若いころからの腰痛も年とともに悪化しましたので昨年より腰痛予防体操を毎日するようになり改善されてきました。今年は食事にも気を付けようと思っておりますが、私の場合はまずはしっかり食べる事を意識したいと思います。

体の調子が悪くなると動く事も考えることもうまくいなくなりご迷惑をおかけ致しますので、しっかり体調管理をしていきたいと考えております。

まだまだ寒い日が続きますが、皆様も体調には十分気を付けてお過ごしください。