

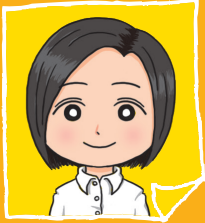
あなたを応援するコジマ印刷のニュースレター
月刊 **コジマ頼り**

皆さまから頼りにして
いただけるような、
印刷会社になりたい
願いをこめて…

5月
2023
May



スタッフ紹介



校正などからコツコツ頑張ります！

こぶね ゆきの
小 船 幸 乃

部 門：編集
出 身：横浜市
好きなもの：猫、タイポグラフィ

自己紹介

今年4月より、編集部門にて働かせていただいております。3月までは専門学校のサポート職員とジムトレーナーの育成企業のデザイン部門の仕事をしており、印刷業界は初めての職場です。覚えることは沢山ありますが、一日でも早くお客様のお役に立てるよう、一杯精進いたします。

マイブーム

子どもの頃からもの作りが好きで、最近は羊毛フェルトで動物を作りました。また、絵を描くことも好きなので、休みの日はよくペンタブで推しキャラクターを描いています。とっても遅筆ですが…笑

風薫る季節

脱マスクの季節

3月13日にマスクの着用が任意となってから1か月以上経ち、電車内や街中でもマスクを外している方を見かけるようになりました。5月からは25度以上の夏日になる日も多くなるため、暑さ対策としてマスクを外す人もより増えていくかもしれません。コジマ印刷も、5月より社内でのマスク着用は個人の判断となったため、久しぶりに社員同士の顔を見ながら業務に取り組みそうです。マスクで熱がこもることにより熱中症を引き起こす場合もあるため、皆様も体調にご注意くださいませ。

Yokohama view

5月初頭のG.W、お昼頃に旭区にあるズーラシアの隣接地で開催されていた「春の里山ガーデンフェスタ（開催期間：3/25～5/7）」へ行ってきました。春先から初夏に咲く花々が満開でとても綺麗でした。



大花壇は、レンズに収まりきらない大パノラマで見ごたえ抜群です。また、子どもの日に合わせて鯉のぼりもたなびいていました。(M.K)

カメラ：Canon EOS Kiss X7
絞り値：f/20・f/8等
露出：1/200秒・1/400秒等
ISO：800・100等

デスクワーカー必見!

仕事のスキマにストレッチ

机に向かって書類作成やパソコン作業をする、所謂「デスクワーク」は、長時間座りっぱなしになるため、腰や首の痛みに悩まされる方も多いでしょう。そんな方にオススメの「座ったままでできるストレッチ」をご紹介します。

● 腰痛を改善!

体をねじるストレッチ

背筋をまっすぐに伸ばして足を組み、組んだ脚と同じ側の手を椅子に掛けて、ゆっくり息を吐きながら腰から上をねじります。

足を組み替えながら、左右で各10秒キープしましょう。

※痛みのない範囲で行いましょう。



今月の気づき

GWに父方の祖母に会いに家族で京都へ向かい、プチ旅行として丹後にある夕日ヶ浦へ行きました。水平線に沈む美しい夕日が見られる名所だったのですが、その日は雲が出てしまい日の入りの瞬間は見られませんでした。しかし、陽が沈むにつれて黄金色に染まっていく空と海の美しい光景を見ることができました。(Y.K)

