

「ASTONE通信」

第191号

2026年7月21日発行



担当：朝倉 裕登

「血管年齢測定器」

先日、協会けんぽ様より「血管年齢測定器」をお借りし、血管推定年齢チェックを実施しました！

血管推定年齢とは、血管のしなやかさや健康状態の目安を知ることができる簡易チェックです(^_-)-☆



測定を通して、社員一人ひとりが自分の健康について考え、
日頃の生活習慣を見直すきっかけとなりました(^o^)
これからも健康第一で過ごしていきたいと思います(^^)／



ちなみに57歳の社長の血管年齢は56歳でした(^-^);

～夏季休暇のお知らせ～

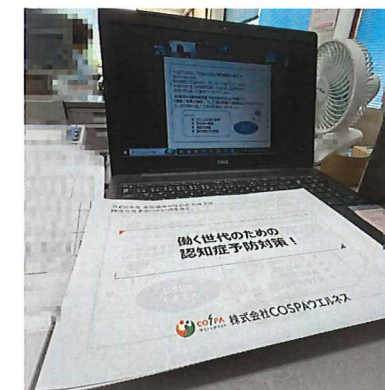
8月13日(木)～16日(日)

尚、11日(火・祝)は休み、12日(水)は営業となります。

「働く世代のための認知症予防対策！」

先月は、社員研修の一環として「働く世代のための認知症予防対策！」セミナーをオンライン(ZOOM)で受講しました。

毎年最低1回は色々なセミナー受講しているのですが、
今は会場に出向かなくてもオンラインで受講ができるので
便利ですネ(^_-)-☆



約1時間のセミナーでしたが、認知症予防は高齢になってからではなく若いうちからの生活習慣が大切だということを学び、他人事ではないという事を痛感させられました。

食事・運動・睡眠など、日々の積み重ねを意識して健康づくりに取り組んでいきたいと思いました！

＊「今月の名言」・・・人付き合いがうまいというのは、人を許せるということだ！

朝倉商事株式会社



SDGs



ひょうご SDGs



健康リチャレンジ



健康宣言企業



ワークライフバランス



BCP



HP



FB



Instagram



LINE 公式