

新緑の季節…… トダテックのシンボルツリー達 すくすくと成長中！

トダテック株式会社
もう一つの玄関の顔、胡蝶蘭が
もうすぐ満開を迎えます♪
幸せが飛んでくるという
花言葉の通り、とても運気がよく
一つ一つつぼみが開く度に
幸せを運んでくれております。
玄関で皆様をお待ちしておりますので、
みんなぜひ見にお出かけください。

胡蝶蘭が
もうすぐ満開を
迎えます！



記念樹がこんなに大きくなりました♪
トダテック記念樹に新芽が芽吹き
日々成長おりいたしています！
樹液がたくさん滴っており、毎日元気です。

なんと榊が成長中！！



若々しい新緑の芽が吹き出した
新しい命の芽生えである。
生命の勢いを感じさせられる。



社名変更祈願祭の神棚の榊(さかき)
が、新芽を出してどんどん成長して
います。榊に根が張って新芽が出る
ことがあるのですね！
思わぬ生命力を大切にしながら、
育て、大事に育てていきます。
ぜひ拝んでください。

7月より茨城県水戸市 新温室建設工事 スタート！

工事期間約半年間の予定にてはじまります。
安全、周辺環境に配慮し頑張りましょう！



梅雨の時期は気温や湿度の変化
に体が追いつかず、自律神経が乱
れるます。お風呂で体を温めるこ
とで乱れた自律神経を整えるの
にとても効果的。汗をかくこと
により、リラックス効果・自律神経
のバランスを整えてくれます。
(理想は38〜40度くらいのお湯に
半身浴で30分です)
工夫してジメジメ梅雨も元気に
乗り切りましょう♪

梅雨の時期は気温や湿度の変化
に体が追いつかず、自律神経が乱
れるます。お風呂で体を温めるこ
とで乱れた自律神経を整えるの
にとても効果的。汗をかくこと
により、リラックス効果・自律神経
のバランスを整えてくれます。
(理想は38〜40度くらいのお湯に
半身浴で30分です)
工夫してジメジメ梅雨も元気に
乗り切りましょう♪

梅雨の時期は、激しい気圧の変
化で副交感神経が優位になり身体
が勝手にお休みモードに突入、身
体の表面が湿気に覆われることで
汗が出にくいこと、それによる運
動不足が重なって体調を崩しやす
い時期です。毎日の健康管理に気
を遣いましょう！
梅雨時期のおすすめ
乗り切り方法は……
身体を動かそう！
仕事で使う筋肉とリズム運動の
筋肉は違うからプライベートで
も積極的に身体を動かしましょう
う。体を動かすことによって精神
を安定させる役割を持つ「セロト
ニン」という物質の分泌を促すこ
とができますよ。咀嚼(そしゃく)
も効果があります！スポーツ選
手がガムを噛んでる光景を見た
ことがあるかと思いますが、セロ
トニンを分泌させ、精神を落ち着
かせる効果があるそうです。
天候に合わせた服装
半身浴も効果的！

梅雨があるあるに
対応しよう！
東北も梅雨入り！
梅雨が明ければ待望の夏！
今年は例年よりやや遅い梅雨入
り。梅雨の時期は、激しい気圧の変
化で副交感神経が優位になり身体
が勝手にお休みモードに突入、身
体の表面が湿気に覆われることで
汗が出にくいこと、それによる運
動不足が重なって体調を崩しやす
い時期です。毎日の健康管理に気
を遣いましょう！

TODA TEC
2021.7月
こんなコト
あんなコト



てくてくとだ

現場代理
目指せ建設フレッシュマン！
夏読書を楽しもう

ぜひ読んでほしいトダテック文庫
トダテックオフィスに建設フレッシュマン他6点の
建設工事に関する図書を設置しました。スキルアップ
のためにドシドシご利用ください！(貸し出しOK)

7月の花
サルズベリ
漢字表記:百日紅(さるすべり)
花言葉:雄弁、愛嬌、潔白
あなたを信じるなどがあります。

7月17日(入社8年目)
佐藤 健太さん

希望の星☆うちのホープ健太くん！
細やかな気配りと仕事に取組む姿勢が
さすがです！
いつも熱心にみんなを引っ張ってくれて
ありがとうございます。
これからもガッツでがんばろう！

7月17日(入社8年目)
安藤 英城さん

みんなの憧れ♡うちのエース安藤さん！
明るくフレンドリーでイケメン♪
持ち前のしっかりさでみんなを
引っ張って行ってくれてありがとうございます。
今年こそ絶対歯を治そう！
これからもどんどん新しい歴史を刻んでください！

Jun anniversary
お誕生日おめでとう

H8年7月15日
阿部 龍生さん

明るく場を長ませてくれる
とっても気さくな龍生くん！
いつもみんなを楽しく和ませてくれて、
ありがとう♪持ち前の明るさと陽気さで
これからも楽しく頑張っていきたいと思います！
特に朝、頑張ってください！

TODATEC 63×1
Pioneer the Next
一歩先の未来へ。

ヒト・モノ
デキゴト

vol.42

TODA TECマガジン編集室