

D-mail

オフィスにOasisを

VOL.164



Present 「ウチポカセット」を66名様に!

詳しくは本誌を読んで、インターネットで「ダイオース」を検索

オフィス川柳
募集中

お客様 店に来るなり いい香り〜! (岩手県 鈴木様)

164号 Present

これからの季節にピッタリなブランケット、ルームソックス、マグカップのセットです。ぬくぬくゴロゴロのお供にいかがですか? どちらの色が当たるかは楽しみ☆

「ウチポカセット」を 66名様にプレゼント!

今号のクイズ

目の疲れに効果的なツボの名前は?

1. 太陽 2. 地球 3. 金星



- ①クイズの答え ②D-mailの号数(今号は164号) ③お名前 ④貴社名 ⑤貴社ご住所 ⑥TEL ⑦ご利用頂いているダイオースの商品 ⑧いつも飲んでいるコーヒー ⑨弊社担当営業所 ⑩弊社担当者 ⑪商品や「D-mail」に関するご意見・ご要望をお書きの上、官製ハガキ、当社ウェブサイト(https://www.daiohs.com)、または下記応募用紙を担当にお渡しなど、いずれかにてご応募ください。厳正なる抽選の上、当選された方には担当者が景品をお届けします。

宛先 〒100-0005 東京都千代田区丸の内1-7-12 東京駅JRサピアタワー 14階 (株)ダイオース ジャパン「D-mailプレゼント」係

締め切り 2020年11月11日消印まで有効

※お客様からお寄せいただいた個人情報は、投稿作品のご紹介、プレゼントの抽選及び発送以外には利用いたしません。前号クイズの答え▶Vol.163の答えは1の「東京駅」でした。

▼ 皆様の声をダイオースにお聞かせください!! ▼

D-mail Vol.164

●クイズの答え ●お名前 ●貴社名

●貴社 〒 () TEL ()

●ご利用頂いているダイオースの商品 ●いつも飲んでいるコーヒー

●弊社担当営業所 ●弊社担当者

●商品や「D-mail」についての感想・要望・オフィス川柳

表紙の器プレゼントに応募
(ご希望の方は□内にチェックを入れてください)



地球環境にやさしい印刷
方法で作成されています

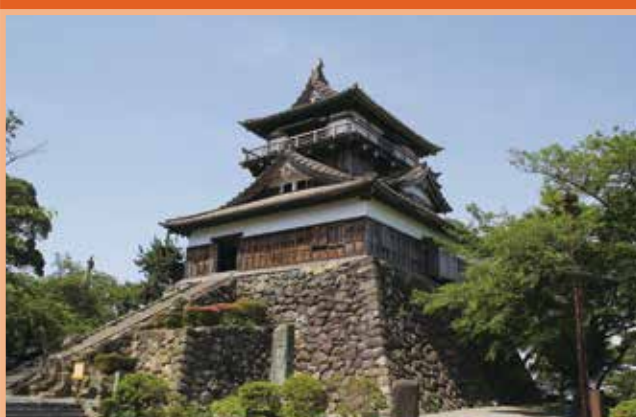
D-mail 第164号

発行所/株式会社ダイオース ジャパン
ダイオースOCSチェーン本部

発行日/2020.10.12

Daiohs

日本の名城めぐり 第10回 丸岡城



写真提供: 公益財団法人 丸岡文化財団

自然と共存する北陸の古城

緑豊かな山々やのどかな田園風景に心癒される福井県坂井市丸岡町。そんな心地よい自然に包まれて小高い丘の上に佇むのは、北陸地方に唯一残る現存天守「丸岡城」。野面積みという古い年代の積み方をした荒々しい石垣と、その上に鎮座する古式の望楼型天守——派手さはありませんが、質実剛健、まるで古武士のように佇む味わい深い姿が人々を魅了します。注目したいのは、寒冷地仕様の天守の屋根瓦。雪が多く冷え込む北陸地方、一般的な焼きものの瓦では凍結して割れやすいため、極寒にも耐えられるよう、すべて石瓦で葺かれています。石材は福井市の足羽山で採掘されていた笏谷石など。笏谷石特有の青緑色が、水にぬれると深い青色に変化するため、お城の表情も晴れの日と雨の日で違って見えます。また、天守を囲む約400本の桜が満開になる春、花霞の中に浮かぶ天守の姿が、ひときり美しく幻想的です。

From User's Voice Mail

編集部へ寄せられた
皆様からのお便りを紹介します

担 当さんがとても明るく、重いお水を持っていてもいつも笑顔で、こちらを励まされています。コロナでマスクをつけていてもしっかりと笑顔と真心が伝わっています。

(群馬県 晝間様)

編集部▶マスク姿でも伝わっていると言っていたき心から嬉しいです(*'ω'*)!! しばらくマスク生活が続きそうですが、気づかぬうちに水分が不足しないようピュアウォーターでカラダとココロをしっかりと潤してくださいね。(@_@)ノ

こ こ何十年と水道のお水を飲んだことがありません。ダイオースさんのお水はおいしいです。コーヒーもおいしいです。うちの犬もピュアウォーターの前にずっとずわって水をほしがります。(東京都 山田様)
編集部▶ピュアウォーター本当に美味しいですね♪ 編集部も毎日欠かさず飲んでます♡ 体に嬉しいピュアウォーター、お客様もわんちゃんも、たくさん飲んですっきりな毎日を過ごしてくださいね(´▽`)ノ

職 場にコーヒーは欠かせません。ホットできるなくてはならないものです! D-mailの暮らしに役立つ情報や占いは、「こんなこと書いてあるよ」と職場がとっても和みます。(滋賀県 古田様)
編集部▶忙しい毎日、コーヒータイムでホットと息♡ このひとときは本当に欠かせないですね!! 美味しいコーヒーとD-mailで笑顔の花がたくさん咲きますように(´▽`)ノ

表紙の器を1名様に プレゼントします!



今回の表紙で使われた器をプレゼントします。ご応募される方は専用の応募欄にチェックをしていただき、「表紙の器プレゼント希望」と書いてご応募ください。

※実際に表紙撮影に使用した器です。

これ知ってる?

第4回 雑学

今回のお題
非常口の
マーク

駅やデパートなどで見かける「非常口」マーク。このマークには種類があって、それぞれ意味が異なります。万が一の時に慌てないように、覚えておくといいでしょう。

白地ベースの非常口マーク

非常口までの経路を示しているのが白地ベースのマーク。白地のマークを進んでいくと、非常口にたどり着けます。別名「通路誘導灯」。

緑地ベースの非常口マーク

非常口を示しているのが緑地ベースのマーク。「非常口はここ。ここから避難してください」という場所に設置されています。別名「避難口誘導灯」。

非常口マークは、火災時に赤色の炎があがっても目立つよう緑色なのです。

疲れを癒して仕事効率UP!?

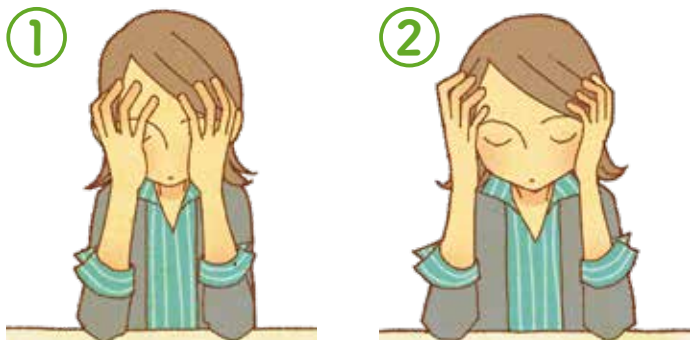
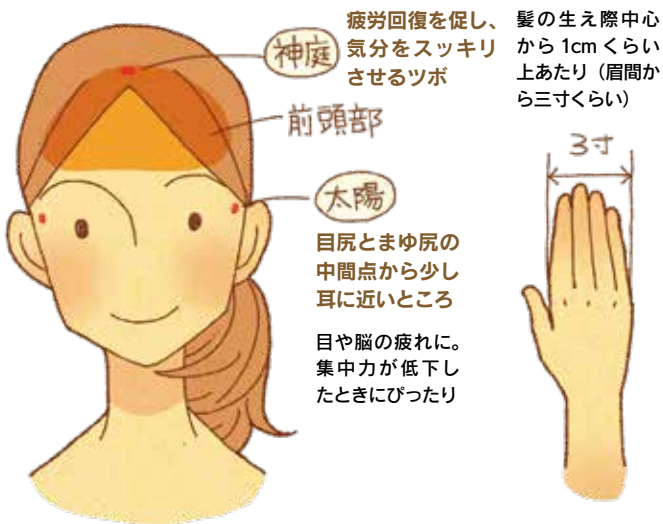
カンタン ヘッドマッサージ

肩こりや目の疲れ、ストレスによるイライラを感じながら作業しても非効率。そこで、デスクでカンタンにできるヘッドマッサージで疲れをリセットしませんか。ツボを刺激して血液やリンパの流れを促進させ、老廃物を流し、心身ともにスッキリさせましょう!



前頭部をほぐして疲れ・肩こり対策

前頭部を指で動かしてみてください。あまり動かない方は前頭部がこっている証拠です。ストレスを受けると、前頭部は血液の流れが滞り、かたくなります。それにより、肩こりや疲れを感じたり、嗅覚の不調や呼吸の乱れを引き起こし、情緒不安定になったりすることがありますので、前頭部ほぐしをしましょう。



- 机に両ヒジをつき、頭を下げる
 - 両小指の指頭を神庭にあて、他の指は自然な感覚で広げて頭につける
 - 頭の重さを使って圧をかける
 - 両小指の位置を耳の近くに移動
 - 頭の重さを使って圧をかける
 - ①②を繰り返す
- ※長く行ってもOKだが、気分が悪くなったらやめる

眠気に襲われたら頭と目をシャキッ!



- 左右の手を組み、親指をこめかみにあて、押す
- 1円玉くらいの範囲で数回円を描き、キュッと押す
- 2~3回繰り返す



- 人差し指を目頭にあって、3~4秒押す
- 小さい円を数回描くようにぐりぐりともむ
- 2~3回繰り返す
- 目尻も同様に行う
- 往復2回行う



- 人差し指、中指、薬指で、目のくぼみの上下のへりを3~4秒押す
- 小さい円を数回描くようにぐりぐりともむ
- 2~3回繰り返す
- 往復2回行う

きゅっと引き締まった小顔に

頭皮がかたいと血流が悪く弾力感も減るため、顔がたるみやすくなります。そこで、頭皮をほぐして顔の筋肉にアプローチ。バツと明るい顔色や、たるみのリフトアップへと導きます。湯船に浸かりながら、5分ほどでもよいので頭皮のマッサージを習慣にしましょう。



教えてくれたのは…… 河川 淳さん

鍼灸・整体師。趣味や考え方が一人ひとり違うように、人の体質や骨格も十人十色。その人その人に合う整体を伝えるためにさまざまな角度からアプローチし、カラダの痛みや不調を病院で治すのではなく、ご自身で改善できるようサポート。
[学べる整体院] モデルを、国内だけではなく、海外でも広めていく予定。
問い合わせ先: info@kohaku-seitai.info



マッサージの後はおいしいお茶で水分補給して老廃物のお掃除

ダイオーズのティーサーバー

