ロジテック通信 Vol.64

2026 10月号

インフルエンザに注意、早めの対策を！

11月に入り、朝晩の冷え込みも少しずつ厳しくなってきました。これから冬に向けて気をつけたいのが、インフルエンザです。本格的なシーズンを迎えるこれからに向け、「手洗い・換気・十分な睡眠や休養」を徹底しましょう。

外出後の手洗いを習慣にし、日頃から体調を整えておくことが大切です。予防接種については、自分の体調や生活環境などに合わせて検討しましょう。



インフルエンザ予防のために特に気をつけたいのが体調管理です。特に睡眠不足や栄養不足は体の免疫力を低下させ、病気になりやすくなると言われています。

ビタミン、たんぱく質などをバランスよく取り入れた食事も予防には欠かせません。休養も充分に取るようにしましょう。



咳エチケット　こまめな手洗い　こまめな換気

●もし予防接種を受けるならいつがいい？

今年は「10月接種開始・12月上旬までに完了」が推奨されています。流行が11～12月に立ち上がると考えれば、10月中～下旬に接種を開始し、遅くとも12月上旬までに完了するのがベストなようです。

〈出典〉厚生労働省　季節性インフルエンザワクチン関連資料

感染者数増加に福岡県が注意喚起

10月8日時点で福岡県内ではインフルエンザの感染者数が5週連続で増加。県が注意喚起しています。県内のインフルエンザ感染者数は前週に比べ1.39倍の増加となっています。



9月某日、SNS撮影のため作業中の今宮さんにインタビューを申し込むと、快くOKを頂きました。

お仕事の邪魔にならない範囲で色々とお話を伺うことに。私生活や運転中の話などを、たくさん聞かせて頂きました。

また市山さんにもお時間を頂き、さわやかな笑顔と共に、世代的に「意外？」なお話をして頂きました。





ご出演ありがとうございました









次回の安全セミナーは11月28日(土) 10:00開催。

今回もドライブレコーダーの映像を使用した「危険予知トレーニング」を中心に、普段の運転では気付きにくい危険を認知する訓練を行います。日々の安全運転を見直し、事故防止につなげるためにも、ぜひ積極的にご参加ください。



4t平 乗務員さん募集

紹介願います！

- ☐ 4t平に乗りたい方
- ☐ 平ボディー経験者の方
- ☐ やる気のある方
- ☐ 転職を考えている方
- ☐ 安全への理解がある方

社員紹介制度あり！
紹介料支給実績あり！

ロジテックSNS さまざまな動画を発信！

TikTok





今月のSNSは、引き続きスーパーアイドルが参戦！
点呼をテーマとしたコントを披露し、SNSを盛り上げてくれています。中でも、点呼の様子を撮影した動画はなんと45万回再生を超える大バズり！多くの方に福岡ロジテックを知っていただくキッカケとなりました。

その他にも、経営大会の様子や普段使用している道具の紹介など、バラエティーに富んだ内容を発信しています。
これからも福岡ロジテックの魅力を、SNSを通じてどんどん発信していきます。ぜひチェックしてみてください！

TikTok　インスタ

大相撲小噺　相撲部屋「若い衆」の一日

相撲部屋の一日とはどういったものなのでしょう。流れは番付によって異なりますが、幕下以下のお相撲さんの１日を追ってみましょう。
力士の朝は早く、番付下位の力士から順に稽古を始めます。関取が稽古場に降りてくるのが７時頃。関取は自分の稽古以外にも、後輩力士の稽古を付けます。
朝稽古後の風呂と食事は番付上位順。幕下以下の力士は親方や関取が食べ終わるまで給仕をします。
昼食の片付けが終わると昼寝の時間。お相撲さんは昼寝で体を大きくします。夕方頃になると部屋の雑用や夕食の支度が始まります。
ちなみに夕食も番付順。幕下以下の力士は関取の給仕役を務めます。夕食後は自由時間。ジムに通ったり身体を休めたりと、思い思いに時間を過ごします。
就寝は23時～24時頃。翌日の朝稽古に備えて、早く休みます。

一般的な相撲部屋の1日

05:00	起床
06:00	朝稽古
11:00	入浴～昼食(ちゃんこ)
13:00	昼寝
16:00	掃除、ちゃんこ番など
18:00	夕食(ちゃんこ)
23:00	就寝

そのほか、九州場所や大阪場所、名古屋場所のための移動準備もあるので、一年を通してお相撲さんは結構忙しい。

社長の営業メシ ～社長が注ぐ熱視線～　おぐらさん



今回の舞台は宮崎県宮崎市。「ローカルネット宮崎大会」に参加するための遠征でした。遠征のお楽しみは営業飯！食べたものは、もちろん宮崎名物・チキン南蛮！ご当地グルメを代表する名店「おぐら」でいただきました。「おぐら」は、宮崎で長く親しまれてきた老舗洋食店。宮崎名物として知られるチキン南蛮を広く知らしめたお店のひとつとしても有名です。

運ばれてきたチキン南蛮は、まずそのボリュームにびっくり！大きな鶏肉にたっぷりのタルタルソースがかかっていて、見るだけで食欲をそそります。ひと口食べると、柔らかくジューシーな鶏肉に甘酢が絡み、まろやかなタルタルソースとの相性も抜群。「やっぱり本場は一味違う！」ご飯がどんどん進む、まさに老舗の味でした！



今回はもう一品いただいたのが宮崎の郷土料理・冷や汁。冷たいダシ汁に味噌、豆腐、きゅうりなどが入った、宮崎で長く親しまれている料理です。

これがまた、二日酔い気味の体にしみる、しみる……！ひんやりとしたダシ汁に、味噌のコクときゅうりのシャキシャキとした食感が加わり、さっぱりしていて食べやすい一品。

ご飯にかけていただくと、ダシの旨みがご飯に染み込み、箸が止まりません！
今回は物流業界の皆さんとの交流だけでなく、宮崎の名物料理もしっかり堪能。宮崎を満喫した遠征となりました！



おぐら本店
宮崎県宮崎市橘通東３丁目４－２４

10月のお誕生日

10月12日	後藤さん
10月23日	浦瀬さん

HAPPY BIRTHDAY





2tトラックとの綱引き対決！！

10月3日(土)にトリアス久山にてトラックフェスタが開催されました。当日はトラック協会会員のトラックが展示されたり、ステージでは様々なショーが行われました。永山社長も青年部の一員として参加。天気にも恵まれ、大盛会となりました。写真はトラックとの力比べ！