

暑中お見舞い申し上げます。

今年も梅雨が明けてから連日、最高気温が35度を超える猛暑日が続いています。屋外での作業とエアコンの効いた室内の温度差が体調不良の原因にもなります。

まだまだ暑い日が続きますが熱中症にならないようミネラルと水分補給に気を付けてお過ごしください。

有限会社美栗陸送 代表取締役 栗本佳孝



自分でストップかけないで…

経営者としてビジネスを成功させていく上で重要な事の1つに「マインドセット」があります。

マインドセットとは直訳すると「考え方を改めるみたいな感じになりますが、売り上げや利益などの目標設定をするときも考え次第で結果に違いがでると言われています。

自分で考えた以上の結果にはならない。

つまり、自分自身で知らない間に行動にブレーキをかけていることがあります。

先日も、集客のご相談をいただいた美容商材の物販をされているクライアントの方に、新規取引先を集めるためのアドバイスをしましたが、実際には話を聞いても心のどこかにブレーキをかけていて、前にうまく進めていません。

ブレーキをかけていることに本人が気づいていないケースがとても多いのです。

経営者であり、ビジネスを拡大したいと思っけていてもなかなかうまくいっていない場合、マインドセットしてみると順調にいくケースがあります。

まずは、自分のブレーキが何かに気づく必要があります。

先日、当社近くの国道156号線で大型トラックの追突事故がありました。

追突された軽自動車に2名、軽自動車の前の乗用車に3名乗車しており3台が絡む事故で軽自動車、乗用車に乗っていた合計5名の全てが救急車で搬送される重大事故でした。

自動車はちょっとした油断が重大事故を招き、時には人の命まで奪うこととなります。



熱くなってきて集中力が低下しがちですが、
自動車を運転する際は集中力を保って事故の
無いように気をつけたいものです。

2014年美栗陸送夏季休業日のお知らせ

8/11 (月)	8/12 (火)	8/13 (水)	8/14 (木)	8/15 (金)	8/16 (土)	8/17 (日)
通常	納車のみ	×	×	×	×	×

8月18日より通常営業となります。宜しくお願ひ致します。

お客様の立場で考え行動する 有限会社美栗陸送

岐阜県岐阜市細畑1-8-7 TEL: 058-213-6445 FAX: 058-213-6446

Windows7で使える便利なショートカットキーをまとめました♪便利だけど、意外と知られていないものを5個選びました

☆ぜひ試してみてください☆

① Windows ボタン + 「+ (れ)」または「- (ほ)」(戻し方は: Windows ボタン+Esc)

拡大鏡と縮小のコマンド

虫眼鏡のようにスクリーン上のカーソル先のものを大きく表示してくれます!もうちょっと大きくみたい、っていう時にすごく便利です。Windows ボタン+Esc キーで元の画面に戻ります♪

② Windows ボタン + T

タスクバーを選択するコマンド

画面に向かって左下にあるタスクバーで進行中のタスクを選択できますTキーを押すたびに選択が変わり、Enter を押すと選択決定できますよ!

③ Windows ボタン + M (Windows ボタン+Shift+M)

すべてのウィンドウを最小化するコマンド

基本的に Windows ボタン+Dと同じくデスクトップの表示に切り替わります。が!便利なのはその後 Windows ボタン+Shift+M を押すと、作業中だったウィンドウに戻れることです☆さっとデスクトップへ行って、その後さっと仕事に戻る。便利です。

④ Ctrl + Shift + Esc

タスクマネージャーを表示するコマンド

これも便利!縦でつながっているこの3つのボタンを押すとサッとタスクマネージャーが開きます。まあなるべくなら開きたくないウィンドウですけどねw

⑤ 電源操作系のショートカットキー

シャットダウン: Win を押して離して → を押してから Enter

スリープ: Win を押して離して → を2回押してから S

再起動: Win を押して離して → を2回押してから R

ログオフ: Win を押して離して → を2回押してから L



(中原 毅)

症状	処置
めまいや立ちくらみがある。汗をふいても止まらない。	日陰の涼しい所に移動しましょう。衣服をゆるめましょう。水分・塩分(又はスポーツドリンク)を補給しましょう。
熱がある。頭がガンガンする。吐き気がある。吐く。体がだるい。	水分・塩分を補給し、足を高くして休みましょう。自力で水分・塩分をとれなかったり、症状が回復しない場合は、救急隊を呼ぶか、すぐに病院へ行きましょう。
意識が無い。呼びかけに対して返事がおかしい。体がけいれんしている。まっすぐに歩けない。体温が高い。	すぐに救急隊を呼びましょう。救急隊が着くまで、体をできるだけ冷やしましょう。氷を入れた袋や、水で濡らしたタオルなどをあて、うちわで扇ぎましょう。(太い血管のあるわきの下、首、足の付け根・股の間など)

環境省(2011年5月改訂)「熱中症環境保健マニュアル」参考