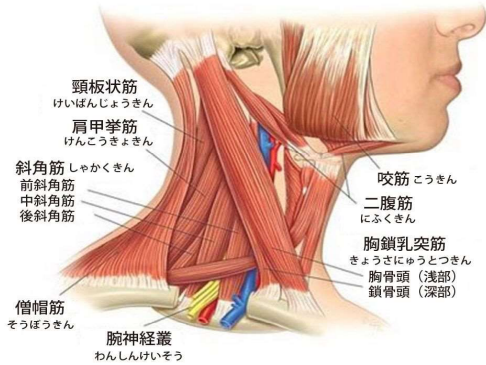


青年部通信

広島市のコロナウイルス感染拡大防止集中対策により、市内の感染者は急速に減っていきましたが、企業の緊張感は緩んで無いです。巣ごもりというライフスタイルやテレワークなどの新しい働き方も定着しつつある中、動かない疲労やコリは社会問題化していき、それを解消するメニューの需要が増えるのでは？ということ、コリを筋肉から考えてみたいと思います。



首こりの原因は、日頃の姿勢・作業姿勢・目の疲れ・睡眠不足・筋力低下などによって引き起こされ、頸板状筋(けいばんじょうきん)・肩甲挙筋(けんこうきょきん)・斜角筋(しゃかくきん)・僧帽筋(そうぼうきん)・咬筋(こうきん)・二腹筋(にぶくきん)・胸鎖乳突筋(きょうさくじゅうとつきん)という筋肉に加え、腕神経叢(わんしんけいそう)という神経の束を、ゆるめたりほぐすことで首こりを解消できます。しかし、揉めば良いというものではなく、筋膜を剥がす・筋膜リリースしてこそ、本当の凝り解消になると近年言われています。肉を摘んで揺さぶるだけでも効果が期待出来るそうです。

コロナ禍の昨今、直接触れるのは・・・という意見もあるので、器具を使うのもアリかもしれません。筋膜リリースのために開発されたマッサージガンとかフォームローラーといった用具もあるくらいなので、メニュー化を検討してみたいかがでしょうか？



とは言っても一時凌ぎに過ぎないので、根本の解決には日頃から体を動かす事が大切なので、ストレッチの大切さなどを伝えてあげるとより良い信頼構築に繋がるかも。我々もコリをほぐしてコロナ禍を乗り切りましょう！

2021クールビズ・キャンペーンについて

クールビズヘアスタイル・アイデアの募集をします。



A) 「2021クールビズヘアスタイル」の募集

- (1) 募集内容: A. 「クールビズヘア・マスクコーディネート部門」
 コロナ禍でのマスクのデザインとマッチし、コーディネートしたヘアスタイルを求める。
 B. 「クールビズヘア部門」およびC. 「インターナショナル部門」
 「髪を1cm短くして体感温度を1℃下げる」をキャッチフレーズとした「2021年版クールビズヘアスタイル」の写真を募集する。部門は「クールビズヘア部門」「インターナショナル部門」。東京オリンピック・パラリンピックが開催されることにちなみスポーティなヘアスタイルを求める。

B) 「ニューノーマル 生活変容に対応した新営業のアイデア」の募集

- (1) 募集内容: コロナ禍における生活変容、ニューノーマル(新しい生活様式)に対応した新しい営業スタイルのアイデアを募集する。各サロンで取り組めることのほか、組織として取り組めるアイデアも募集する。自然淘汰の道筋から抜け切るアイデアを求める。

☆その他、詳しいことはホームページでご確認ください

令和3年度

管理理容師資格認定講習会のお知らせ

下記の日程で実施いたします。

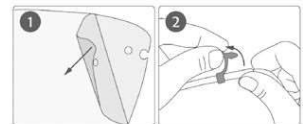
8月30日(月)・9月6日(月)・9月13日(月)

久保 忠義	尾道支部	令和3年2月26日	83歳
高 山 和博	広島北支部	令和3年2月6日	54歳
河 部 敏明	音戸支部	令和3年1月29日	69歳
坂 根 一也	広島東支部	令和3年1月8日	67歳
島 本 美智子	廿日市支部	令和2年12月17日	85歳

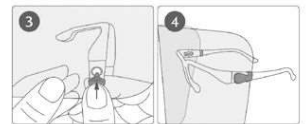
次の方が逝去されました。

アイグラスフェイスシールドと医療用マスク配布について

クラスター発生防止のために、県組合から組合員の皆様にメガネのうえからでも装着できるアイグラスフェイスシールド1セットと医療用マスク60枚をご配布いたしますのでご利用ください。



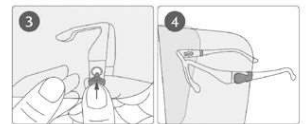
シールド両面に貼ってある保護フィルムを剥がし左右の穴を開きます。



フレームとシールドの穴の位置を合わせ、バックルを押し込みます。



12セット



フレーム左右のバックルの位置を合わせ、バックルを押し込みます。

完了です。