



# SUNBRIDGE NEWS

2011年夏号  
発行日2011年7月1日



## 避難訓練

6月21日(火)、3東洋海事ビルと第7東洋海事ビル  
合同で火災避難訓練を行いました。



15:00 非常放送開始



南桜公園へ避難開始



港区役所職員より



3東洋海事ビルと第7ビル東洋海事ビル、計155名と、  
過去最大数のテナント様にご参加いただきました。

また、公共設備の活用と適切な避難運用の仕方身につけて頂けるように、  
港区職員の方にもご協力いただきました。  
ご協力いただいた皆様、誠にありがとうございました。

あるテナント様より「年に1度の避難訓練、最初は参加するのが面倒という気持ちがありましたが、  
3月の震災を経験し、備えることの大切さと安心感が、  
避難訓練にはあると感じています。」というお話をお聞きました。

次回は7月15日(金)、5東洋海事ビルと6東洋海事ビル、合同避難訓練を予定しておりますので、  
テナントの皆様、ご協力の程、よろしくお願い致します。

## MOMENTO SHIODOME



近隣の方々や協力関連会社の皆様のお力添えの下、  
無事に竣工式を迎える事が出来ました。  
ご協力いただき、誠にありがとうございました。

また、8月31日(水)～9月3日(土)で、グランドオープン  
催を予定しております。  
詳細は、後日別途ご案内させていただきます。



## 熱中症

30℃以上の、暑い日が続いております。  
業務を効率よく進める為にも、熱中症対策を万全にし、

### ●熱中症とは？

高温、多湿の環境下で、体内の水分や塩分の  
バランスが崩れ、体内の調整機能が破綻。

◎熱射病・・・致命率が高く、緊急の治療を要する。  
意思が失われ、めまい、頭痛、耳鳴り、  
嘔吐や下痢。

◎熱けいれん・・・四肢や腹部の筋肉の痛み、  
けいれん。  
作業終了時の入浴や睡眠中に  
起こる場合もある。

◎熱虚脱・・・全身倦怠、脱力感、めまい

◎熱疲労・・・激しい口渇、尿量の減少。  
めまい、四肢の感覚異常、  
歩行困難、失神。

### ●熱中症対策

・体調を整える・・・体調不良時は、暑い日の外出、  
運動を控える。

・服装に気をつける・・・通気性の良いものを着用、  
帽子をかぶる。

・水分補給・・・定期的に少しずつ水分を補給する。  
汗と一緒に塩分も失われる為、

### ●もし熱中症になってしまったら

・涼しい日陰や、クーラーの効いた室内へ移動

・衣類をゆるめ、休む

・氷や冷たい水でぬらしたタオルを手足に当てる、  
もしくは風で体を冷やす

## ひんやりグッズ特集

節電の中暑い夏を乗り切る為、オフィスで使用出来るひんやりグッズをご紹介します!!

### USB扇風機

パソコンのUSBポートに接続するだけで使用出来ます。

### 冷却スカーフ

水を含ませただけで冷感が持続するスカーフ。

### 空調座布団

蒸れや湿気などを防ぎ、快適に座れます。

### ひんやりスプレー

服の上からスプレーするだけで、瞬時にクールダウン。



サンブリチグループのニュースを随時更新しております。  
ホームページも是非ご覧ください。

<http://www.sunbridge.co.jp>

発行者：サンブリチビルテクノ株式会社