

# スパイシーカレー

発行: エコネット・おおた 編集局

へいせい ねん がつごう  
平成30年12月号

## 夜のスマホの使い過ぎに気をつけましょう！

さいきん スマホを持つ人が増えてきました。スマホは便利で楽しいものですが、

夜使い過ぎて寝不足になったことはありませんか？

スマホから出る光は夜眠りにくくします。また、浴び続けると目が疲れやすくなったり、

目の病気になりやすくなったりします。

なので、「ベッドにスマホを持ち込まない」や、「使うのは何時までにする」のような

ルールを決めて正しく使うようにしましょう！



## ミュージカルについて

11月23日(金)に劇団四季「王様の耳はロバの耳」を観に行ってきました！

参加した人から、

初めてミュージカルを観て感動した / 一緒に歌ったり踊ったり出来て楽しかった、また観たい

の様な感想が出ました！



## 風邪&インフルエンザ に注意！



インフルエンザが流行する季節

になりました。

外出するときにはマスクをつけ

ましょう！

そして家に帰ってきたら手洗い&

うがいを忘れずやりましょう！

## 12月の予定

10日(月) しょうよ 賞与

21日(金) きゅうりょうび 給料日

22日(土) ぼうねんかい 忘年会

12月29(土)～

1月3日(木)は

ねんまつねんし ため やす  
年末年始の為お休みです。

