

ご自宅に持ち帰り
みなさんでご覧ください!

Skip!



みんなと創るコミュニケーション冊子 [スキップ] vol.108
2022年4月10日発行 / 4月号



• INDEX •

わが街自慢～お土産編・vol.2～

組合活動ガイド 選挙に行こう!

Skip! イラストコンテスト2022募集要項

ろうきん・コラム

こくみん共済coop

余暇サポNews「福利厚生倶楽部」人気サービスのご案内

着ボイス

Skip! BBS

MY BOOM～家庭菜園編～

My Happy Family



今月の表紙Photo：自販青森支部

旭川
スズキ支部

北の大地で一杯いれが?
ヨシノリコーヒー



旭川の隣町に位置する東川町は、大雪山の雪解け水からなる地下水を生活水としている、上下水道のない北海道唯一のエリアです。こんな大自然の中でコーヒーはいかがでしょう。ヨシノリコーヒーでは、オーナー自ら世界中の農園から厳選したコーヒー豆を自家焙煎した、新鮮なスペシャルティコーヒーを飲むことができます。また、オーナーも奥様もとても気さくなので、会話を通して自分好みの味を見つけてくれると思います。お土産には、自家焙煎したコーヒー豆やコーヒーベース、コーヒーバッグなどがあります。



▲店内でひととき存在感を放つ焙煎機。



オーナーの▶おススメお土産。

全国51支部対象

気になるあの支部のご近所
「もの・ひと・こと」



わが街自慢
お土産編 vol.2

「わが街自慢」シリーズ第3弾。
知らなかった?! コレほしい~
そんなご当地ならではの味やグッズを
紹介します!!



SHOP

- 東川本店は、旭川市街から車で約20分、旭川駅前店はホテル1階に併設。
- 旭川駅前店(2号店)では、モーニングセットなどフードメニューがあり、贅沢な朝を迎えたい方にはおススメ。
- オンラインストアでもコーヒー豆など購入可能。

自販
山形支部



知る人ぞ知る、山形の逸品
肉そば

山形の肉そばをご存知でしょうか。これは、山形県河北町の郷土料理です。具材は歯ごたえのある鶏もも肉(親鳥)とネギがメインで、たれは少し甘め。



そして、何と言っても冷たいのが特徴で、麺がのびず、脂が固まらないまま美味しく食べられます。「2014 B-1グランプリin郡山」では8位に入賞しています。そう、肉そばは、知る人ぞ知る、山形の逸品なのです。



SHOP

- 株式会社山形観光物産会館「ぐっと山形」で購入できます(ネットショップもあります)。



自販
神奈川支部

身につければ湘南気分
げんべい商店

江戸時代に足袋屋としてスタートした湘南葉山の老舗です。カラフルなビーチサンダルが有名ですが、Tシャツやパーカー、ハーフパンツ、エコバックなどもあります。また、レディス、メンズ、キッズに加えドッグウェアもあって、サイズやアイテムも豊富。家族で揃えるのもOKだし、ベアルックもアリ?!



▲一度見たら忘れない
○に平仮名の「げ」。

SHOP

- 神奈川県三浦市葉山町に3店舗。いずれも駅から離れているのでマイカーまたはレンタカーの活用を。定休日は火曜日。
- オンラインショップは「げんべい」でアクセス



▲アウトターとしてはもちろん、ルームウェアにも最適。身に付けるだけでも湘南の潮風気分。

「都まんじゅう」ではありません
都饅頭



三重の「都饅頭」は、カステラ生地風の「都まんじゅう」ではなく、表面に黒ゴマが散りばめられた焼きまんじゅうです。こちらのバージョンでは三重県桑名市が発祥といわれています。生地の中には、こし餡が入っていて、しっとりとした味わいでとても美味しいです。焼いてあるので日持ちもします。自分が子どもの頃、法事などで親戚の家に行ったときに、皆が集まった席にお茶菓子として出されていました。それがちょっとした楽しみだったことが思い出です。取り扱いしているお店はいくつかありますが、一番有名なのは「花乃舎」。ネット通販もあります。

自販
三重支部



▲湘南のビーチにぴったり、人気のサンダル。

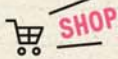


自販
奈良支部

牛乳屋さんもびっくり
大仏プリン



奈良市のまほろば大仏プリン本舗が提供する「大仏プリン」。奈良らしいネーミングと可愛い瓶で人気です。素材にはできるだけ奈良の食材を取り入れることや、小さな子どもでも食べられるように安心・安全な食材を使っていること、また、環境負担にならない包装やおしぼりを採用するなど店のこだわりが随所に見えます。さらには、「プリン生地」に練りこむと言ったら、牛乳屋さんがびっくりしたほどの最高級の生クリームを使用しています。



- まほろば大仏プリン本店「プリン森・カフェ」はじめ、9店舗で購入可能(2022年2月現在)。
- オンラインショップもあります。

うっかり誕生

元祖浪花屋 柿の種

自販
新潟支部



スズキ自販新潟の本社からほど近い長岡市摂田屋に本社を構える創業大正12年の老舗、浪花屋製菓さんはあります。うるち米の煎餅作りでスタートし、後に、もち米を使った大阪のあられを作るようになったのが「浪花屋」の由来。当時は薄くスライスした餅を重ね、小判型の金型で切り抜いて作っていたのですが、ある日、うっかり踏み潰した金型を直せぬまま



使用したところ、出来上がったあられの形が柿の種のように見えたそうです。これが「柿の種」の誕生につながったといわれています。



参考文献：浪花屋製菓株式会社ホームページ

スズキ
岡山支部

倉敷伝統銘菓

橘香堂の「むらすじめ」

明治10年、倉敷で創業した橘香堂の「むらすじめ」は、形を米の豊作を祈る踊りに使った編み笠に見立て、その踊る農民の姿が稲穂に群がる雀のようだったことからネーミングに至ったといえます。創業時と変わらず、今も手づくりで、新鮮な素材にとことんこだわり、外皮に新鮮な卵、特別にブレンドされた粘り気の無い小麦粉、中餡には粒を吟味した小豆、という厳選された材料のみを使った倉敷伝統のお菓子です。



▲駅、インターネットでも販売



▶倉敷の美観地区では唯一手焼き体験ができます!ぜひ、倉敷にお越しの際はお立ちよください。



笹の葉に包まれた郷土の味
芝寿しの「笹寿司」

石川県金沢市に本社を置く芝寿しの定番、笹寿司を紹介します。金沢発祥といわれる、冷めても美味しいお寿司(押し寿司)をアレンジし、笹の葉で包んだもので、鮭、鱈、鯖、穴子、しぐれ牛など種類も豊富。どれも美味しいので個でも食べられそうなほどです。また、定番おやつ「おはぎのマリちゃん」も食べ応えがあり、おススメです。石川県・福井県・富山県中心ですが、東京都・千葉県・神奈川県・埼玉県にも販売している店舗があります。通販サイトでも購入可能です。

自販
北陸支部



▲笹寿司



▲おはぎのマリちゃん

自販
長崎支部

絶景に、ほくほく
じゃがちゃん

長崎は、じゃがいもの生産量が全国第2位。その特産のじゃがいもを丸ごと蒸して、衣で包んで軽く揚げているシンプルな料理が「じゃがちゃん」。衣はカリッと中はほくほくで、じゃがいもの甘さが口いっぱいに広がります。スタンダード版のほか、塩バター、じゃがカツ、ピッツァなど数種類あります。購入できる場所は、長崎県雲仙市にある千ヶ石観光センターのみ。この展望台からは、橘湾を一望でき、「日本景観百選の地」にも選ばれています。ドライブの休憩に美しい景色を眺めながら頬張る「じゃがちゃん」は格別です!



自販
香川支部

豊かで厚みのある味わい
オリーブオイル

日本のオリーブ栽培発祥の地といわれる香川県小豆島。一粒一粒ていねいに手摘みされたその小豆島産のオリーブから作られる上質なオリーブオイルは、清々しい香りと、豊かで厚みのある味わいで料理を生かします。オリーブオイル初心者の方は、まずは、サラダやお刺身に使ってみてください。その他、髪の毛や顔、全身に使える美容エキストラバージンオイルなどもありますので、こちらも一度、お試しください。



選挙に行こう!

Q & A でスッキリ、組合が選挙推しのワケ

今年、2022年夏は参議院選挙が予定されています。皆さんには、応援する候補者のためにもぜひ投票に行ってくださいと思います。なぜ、そんなに組合が選挙に一生懸命なのかって？では、簡単ではありますが、お伝えしたいと思います。



Q 仕事や旅行で選挙に行けなかったら？

A 期日前投票制度を利用してください。

Q どんな人に投票したらいいの？

A 私たちの代表となってくれる人を選びましょう。

Q 今年の夏の選挙ってどんなもの？

A 第26回参議院議員通常選挙です。

Q なぜ、ススキ販売労働組合は、選挙に熱心なの？

A 組合の大切な取り組みと考えるからです。

Rule



私たちの声を政治の場に届けてくれる代表者を政治の舞台に送り出したいのです。

7月25日までに行われる予定の国会(参議院)議員の選挙です。参議院に解散はないので、常に任期満了(6年)によるもの。ただし、参議院議員は3年ごとに半数が入れ替わるよう憲法で定められていますので、3年に1回、定数の半分を選ぶことになりました。参議院議員の定数は248人で、うち100人が比例代表選出議員、148人が選挙区選出議員です。「選挙区選挙」と「比例区選挙」の2つにそれぞれ1票ずつ投票します。

皆さんは、暮らしの中で、何か違うな、おかしいな、と感じていることはありませんか？社会保険料？道路の整備？自動車の税金？保育園の空き？...いろいろあると思いますが、自動車産業に属する皆さんは、特に、自動車に関わる課題を肌で感じているのではないのでしょうか。もし、代表者が自動車産業界で働く仲間であれば、政治の場に私たちの声を届けてくれるはずです。さらに、労働組合役員として活動経験がある人なら、より適任といえます。

期日前投票所



より良い暮らしをつくる、あなたの一票の力を信じて、選挙に行きましょう!



開催決定!!

第2回 Skip!

誌上レクリエーション

Skip!

みんなで
エンジョイ

イラストコンテスト 2022

お題

私のベストイラスト

(テーマは自由)

ボウリングやパーベキューができなくても、みんなで何か楽しみたい!と
始まった誌面上でのレクリエーション。
第2弾は「イラストコンテスト」です。
得意じゃなくても、この機会に気軽に思うままに描いてみませんか。
気持ちよく描ければ、それでベスト。
今回もみんなで応募し、みんなで投票して楽しみましょう。

応募資格

スズキ販売労働組合 組合員

応募規定

- 応募点数:一人1点。
- 応募者本人が制作した作品。
- テーマは自由ですが、作品にはタイトルをつけてください。
- オリジナル未発表作品に限ります(ディズニーやサンリオなどの既存キャラクターは不可)。
- 画材は自由(ペン、色鉛筆、絵具など)、ただしCGは不可、手描きに限ります。

募集期間

募集開始

vol.108(2022年4月号)~

2022年

6月10日 募集締め切り

応募方法

- 画用紙やコピー紙などの用紙に描いた作品を、デジタルカメラやスマホで撮影した画像データでご応募ください。
- コンテスト専用フォーム2次元コードまたは“メール”
 - ①支部名
 - ②氏名
 - ③ペンネーム(希望者のみ)
 - ④作品タイトル
 を明記の上、ご応募ください。

スマホからは
コチラが便利



※メールの場合は作品画像を添付し、
shimazu@suzuki-hanbai-r.jp 宛にご送付ください。

各賞

- 最優秀賞(1点)……QUOカード5,000円分
- 優秀賞(3点)……QUOカード3,000円分
- 佳作(5点)……QUOカード1,000円分
- 参加者全員……参加賞(QUOカード500円分)

選考方法

スズキ販売労働組合組合員および組合本部で一括選考。
Skip!アンケート用紙で投票またはWEBアンケートの投票欄に投票。

発表

- ①2022年11月 スズキ販売労働組合ホームページ
- ②Skip!vol.115(2022年12月号)

コンテスト
スケジュール

2022年 4月 5月 6月 7・8月 合併号 9月 10月 11月 12月

募集開始
イラストコンテスト
開催案内

募集受付
終了

一括選考
(組合員投票)

HPで
結果発表

結果発表

教育ローンなら ろうきんへ お任せあれ

©ROKIN

「ろうきん」の教育ローンは、『カード型』もあるから
組合員にとって最適なプランで借りることができる！

詳しくは、お近くの
「ろうきん」各支店へ
お問合せください

Column

活用しましょ！

Q & A
でスッキリ、組合が
ろうきん・こくみん共済coop
推しのワケ

Q 「ろうきん」と普通の銀行と何が違うの？」

A 働く人の生活の安定を目的としています。

ろうきん(労働金庫)は、貯金したり、ローンを組んだりと業務内容は銀行とほぼ同じですが、大きく異なる点は、「営利を目的としない」ということです。私たち働く仲間がお互いを助け合うために資金を出し合って運営しています。

Q 「こくみん共済coop」ってどんな組織？

A 労働組合が結集してつくれた組織です。

通称「共済」や「全労済」と呼ばれる「こくみん共済coop」は、組合員に「たすけあいの共済」を提供するために、労働組合が結集してつくれた組織です。安定した豊かな生活のために、組合員相互で助け合う保障が用意されています。

Q どう活用すればいいの？

A 皆さんの人生設計に活用してください。

ろうきんは全国各地に627店舗、皆さんの街のろうきんで貯金やローンを活用できます。組合員ならローンを組むときに保証料がかからないし、手続きは職場でできます。財形貯蓄を利用すれば給与からの天引きで、無理なくお金を貯められます。

たすけあいの輪をむすぶ
こくみん共済coop

R ろうきん

※Skip! Vol.89(2020年5月号)に、ろうきんとこくみん共済coopの特集記事が掲載されています(スズキ販売労働組合ホームページでも読めます)。

この春入社された
皆さまへ

力を合わせて万に備える大型保障

団体生命共済

団体定期生命共済

キャンペーン期間
2022年
4/1 ~ 6/30

ご成約キャンペーン

任意加入分 新規ご加入の方へ

「今治タオル 白銀フェイスタオル」
プレゼント!!

※在庫がなくなり次第終了となりますので、ご希望の商品をお渡しできない場合があります。
※増額(増口)は対象外となります。



こくみん共済 coop
公式キャラクターピットくん



力を合わせて万に備える大型保障

団体生命共済 で、保障の見直し をしてみませんか!?

団体定期生命共済

Point 1

スズキグループみんなで
まとまって加入するので掛金がお手頃。
しかも、年齢による掛金の更新はありません。
だから、**組合員であれば年齢・性別にかかわらず
掛金は同じです。**

Point 2

お預かりした掛金に
剰余が生じた場合は、**割り戻し金**として
契約者にお戻しします
(2020年度実績 **34.39%**)。

※毎年5月末の決算において、団体単位に収支計算を行い、
剰余が生じた場合に割り戻し金としてお戻しします。



独身の場合

団体生命共済を活用して、使えるお金を増やしましょう!!

加入の目安

生命保障(死亡保障) **300 ~ 500万円**
医療保障 **日額5,000円 ~ 10,000円**

団体生命共済 30口

月々の掛金 **1,260円** ※任意加入30口
の口掛金

病気など
死亡・重度障がい
(1・2・3級の一部)

500万円

不慮の事故等の場合
1,000万円

不慮の事故等
による入院

1日以上入院で
1日目から最高180日分

日額 5,000円

病気による入院
1日以上入院で
1日目から最高180日分

日額 3,000円

※一律加入20口を含めた保障内容です。

結婚をした場合

加入の目安

生命保障(死亡保障) **1,000 ~ 1,500万円**
医療保障 **日額5,000円 ~ 10,000円**

団体生命共済 130口

月々の掛金 **3,560円** ※任意加入130口
の口掛金

病気など
死亡・重度障がい
(1・2・3級の一部)

1,500万円

不慮の事故等の場合
3,000万円

不慮の事故等
による入院

1日以上入院で
1日目から最高180日分

日額 10,000円

病気による入院
1日以上入院で
1日目から最高180日分

日額 3,000円

※一律加入20口を含めた保障内容です。

※掲載内容は制度の概要を説明したものです。ご契約の際には「リーフレット」「ご契約のびき(契約概要・注意喚起情報)」を必ずご確認ください。
ご相談・見積もりは支部執行委員、もしくは「こくみん共済 coop」担当者までご連絡ください。



ピットママ ピットパパ

スズキ販売
労働組合
おすすめ

スズキ販売
労働組合
おすすめ

News

「福利厚生倶楽部」人気サービスのご案内

「福利厚生倶楽部」は、スズキ販売労働組合が提携する、暮らしや余暇のサポートサービスシステムです。組合員の皆様とご家族が会員メンバーとして利用できます。

注意事項 ※人気サービスの売り切れや予告なしのサービス変更・終了、地域や時期によってサービスの内容が変更されている場合があります。会員サイトやアプリで事前に詳細をご確認のうえご利用ください。

たべる部門



申込 No. 5012806

対象店舗限定 コメダ珈琲店

通常サイズの価格でたっぷりサイズへの
**サイズアップ
無料**



申込 No. 5058370

牛角

お会計より **500円OFF 他**

申込 No. 5007779

ガスト

セットドリンクバー241円 **109円**

くらし部門



申込 No. 5016069

ビックカメラ コジマ
お会計金額 **3%OFF**

申込 No. 0048830

はるやま
商品 **10%OFF**

申込 No. 7002075

パーフェクト・スーツファクトリー
商品 **10%OFF**

エンタメ部門

申込 No. 7009655

カラオケ まねきねこ
室料 **30%OFF 他**



申込 No. 7000604

ビッグエコー
日～木 室料 ※利用条件あり
30%OFF 他

申込 No. 5056429

アットタイム
室料 **最大20%OFF 他**



おすすめサービスのご案内

申込 No. 5073594

サーティワン
アイスクリーム



500円ギフトチケット **475円 他**



申込 No. 5016612

メンバーズ給油カード

レギュラー・ハイオク・軽油
全国平均価格より**1円/L引**

- step.1** 福利厚生倶楽部会員専用サイトの検索欄で申込No.を検索し、該当のサービスをクリック。
- step.2** メンバーズ給油カード利用規約に同意して新規会員登録に進む。
- step.3** 画面に沿って必要事項を入力・クレジットカードの情報を登録し、入力完了。
- step.4** お申込みから1か月ほどでお届け。



余暇サポ・リクエスト 大募集!

特典が使える店舗や施設、制度をもっともっと広げるため、組合員の皆さんの声を聞かせてください。皆さんが普段利用する、なじみのお店で会員待遇を受けられるようになるかも!?お気軽にリクエストしてください。

1 福利厚生倶楽部会員専用サイトへアクセス
www.fukuri.jp



スマホからは

2 会員専用サイトトップページの「サービスメニュー」を開拓希望、をクリックorタップ



スマホ

3 アンケートフォームに提携希望施設名・その他必要入力事項を入力の上、送信

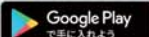
ご注意
※具体的な店舗名の記載がない場合は受付不可となります。
※いただいた開拓希望リクエストのフィードバックについては、労働組合経由での報告となります。
※本アンケートは、提携を必ずお約束するものではありません。
※期待に沿えない場合もありますので、あらかじめご了承ください。

アプリダウンロードはこちら

» iPhone



» Android



App Storeで検索 Q 福利厚生倶楽部
または Q リロクラブ

Google Playで検索 Q 福利厚生倶楽部
または Q リロクラブ

〈カスタマーセンターのご案内〉
福利厚生倶楽部カスタマーセンター

フリーコール **0120-982291**

□ 平日/10～18時 土日祝/10～17時 ※年末年始除く 携帯電話・PHSからでも通話可能です。

「余暇サポ体験記」大募集!

投稿にあたって

- 利用サポートの内容、利用日時、体験のようす、お感想など自由にお書きください。
- 投稿方法:2次元コードから専用投稿フォームに移り、ご記入ください。写真があれば添付してください。



Question

コロナが収束したら、一番に行きたいところはどこですか？

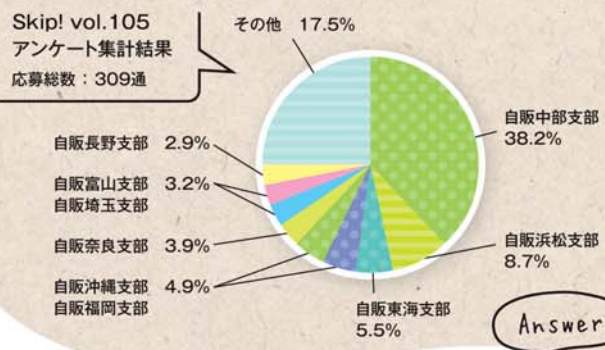
※vol.104
※回答総数：191件
※複数回答あり
()内は件数

行けるときが、きつくなる。業務や休暇、費用など、しっかり準備しておきましょう。余暇サボやろうきんもお忘れなく。



『Skip!アンケート』に寄せられた皆さんの声をお届けします。 着ボイス

Skip! vol.105
アンケート集計結果
応募総数：309通



Answer

旅行：151件



海外：46件

- 卒業旅行に行けなかったので新婚旅行に行けていないので
- 武漢
- 韓国(8)
- ピョンヤン
- アメリカ
- フロリダのディズニーランド
- ハワイ(8)
- グアム
- ベトナム
- フランスコルマルのクリスマスマーケット
- オーストラリア(4)
- 南の島
- ヨーロッパ旅行
- イタリア旅行
- エルサレム
- 大工ジプト博物館
- 再開がGWならソウル、夏休みならバンコク、年末ならシドニー
- 国内：82件
- 他県へ旅行
- テーマパーク
- 北海道の海鮮が食べたい(14)
- 仙台
- 関東方面
- 羽田空港
- 東京(9)
- 東京ディズニーランド：娘が好きなミッキーに会わせたい(15)
- 東京ディズニーシー
- ユニバーサルスタジオジャパン・ミニオンと遊びたい(5)
- サンリオピューロランド
- 長野県



伊豆

- 浜松にギョーザを食べに行きたい
- 三重ナガシマスパランド
- 三重商業リゾート「ヴィン」
- 琵琶湖
- 大阪へ買い物
- 京都
- 四国でフグ食べたい
- 九州周
- コロナ禍前に毎年、行っていた九州旅行
- 行ったことがない九州南部地方(熊本や鹿児島)
- 五島列島
- 沖縄(12)
- 屋久島
- 石垣島+宮古島
- どこでもいいから、やっぱり旅行がしたいです
- 家族旅行

温泉：10件

- いい景色を見ながら
- 山奥の温泉
- 群馬「草津温泉」
- 京都「夕日ヶ浦温泉」



家族のもとへ：7件

- 実家
- 実家の長崎に帰省
- 旦那の赴任先中国
- 娘の旦那さんの実家
- シニーの家
- 母国に帰りた



ツーリング：3件



- バイクで全国旅行
- バイクで上高地へ
- 最近バイクに乗るようになったので(特に海沿い)

イベント集い：13件



- コンサート(拍手だけでなく、声出して楽しみたい)
- 音楽フェス
- ライブに行つて超全力でコールしたい
- 全国の球場に行つて、野球観戦したい
- お祭りなど人がたくさん集まるイベント
- モーターショー
- 日本モータースポーツの発祥の地、三重県スズカサーキット・早くレースが見たい
- 歓送迎会

街の賑わいへ：21件



- 居酒屋で飲み会
- 満員の立ち飲み屋

アウトドア：4件



- ビアガーデン
- クラブ(3)
- バー
- キャバレー
- ラーメン屋
- ゲームセンター
- 1人カラオケ
- 映画館(気楽にポップコーン食べた)
- 食へるき



その他：17件



- 行けなかったところすべて
- 川口春奈、BIGBOSSに会いたい
- 家で独り遊ぶことに慣れてしまいました
- このまま家にいます
- コロナが長すぎて思い浮かばない
- どこでもいいから、現実から逃避したい





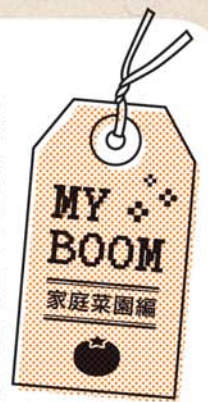
両親が、ずっと家庭菜園をやつていて、自分も挑戦してみようかと3年くらい前から始めました。ミニトマト、ナス、ピーマン、甘長ししとう、唐辛子、スイカ、バジル、ブルーベリー、アスパラガス、無花果などなど食べ

MY BOOM

食べるのが
間に合わない

自販埼玉支部
横山綾子さん

自然や土と向き合うことで、おうち時間を楽しむ皆さんの菜園だよりをお届けします。面白そうですね。始めてみたくになります。



One point advice

家庭菜園に、ちょっと興味があるけど...という方は、トマトやピーマンならば、プランターでも簡単に育てられますので、ぜひ。農薬は使わずに育てられ、安心して食べられるしストレス発散にもなりますよ。



るのが間に合わないくらい豊作。ミニトマトは、真っ赤になったものを収穫するので、味が濃い！あまーいんです。15センチのピーマンの出来には驚き！甘長ししとうなどは、塩コショウをかるく振って炒めるだけで、よしーと近所やお友達に分けたり、家族 BBQ で食べたりしています。最近では、レモンの木を購入したのですが、枯れてしまったため、また挑戦しようと思っています。レモン育てている方、情報ください。



MY BOOM

カブトムシが、
こんにちは

自販中部支部
夫馬勇一さん



20年ほど前に、もともと畑だった土地を半分宅地にした残りの土地で菜園を始めました。春は、玉ねぎ、キャベツ、いちご。夏は、ミニトマト、ナス、ピーマン、きゅうり、とうもろこし、かぼちゃ。秋は、さつまいも、里芋、みょうが。冬は、白菜、長ネギ、大根、ニンジン、じゃがいもという感じで季節ごとに楽しんでいます。自然とのふれあいならではの出会いもあります。昨年4月、畑を耕しているときにカブトムシの幼虫を発見、別のところに埋めてあげたら夏に成虫となつて畑に現



One point advice

農薬は使わないようにしているので害虫との闘い、暑くなるので雑草との闘いになります。でも、採れた野菜はとてもおいしいです。スーパーで売っている野菜とも違う気がします。



れたことがありました。家庭菜園は失敗も多く、まだまだ素人級ですが、いろんな野菜にチャレンジしていきたいと思っています。

MY BOOM

手をかけない方が、
良く育つ？

自販東京支部
手塚真司さん

5年ほど前から庭の一角でミニトマトやオクラ、ミョウガ、枝豆などを



One point advice

家庭菜園おススメは、綺麗な花を咲かせ、食べても美味しいオクラ。ただ、花や実に蟻がたかりやすいので、私は、市販のお酢やお酢を原料にした虫よけを使っています。

育てています。菜園をしていると、スーパーに当たりの様に陳列されている野菜が、どう育つて、どんな花を咲かせるのかが分かって面白いです。さらに、収穫した野菜をおいしく食べられることも楽しみです。また、不思議なことは、苗木から育てると、横から生えてきた雑草の方が良く育つたり、期待してせっせと世話をした野菜が育たず、あまり手をかけていない方がよく育つて収穫も多かつたり...というのは「畑あるある」なのでしょいか？これからも、季節ごとの野菜を育てながら一年を楽しんでいます。



無事が一番!

自販富山支部
金森 慎也さん

祖父の畑を両親が受け継ぎ、自分も手伝うようになりまし
た。200坪ほどあり、季節によって色々採れます。農作物で商売はしていないので「規模が大き過ぎる家庭菜園」といったところですが、作物が病気や獣害にあったときはショックです。インシに荒らされてサツマイモが全滅したとや、イチゴがハクビシンに1000個以上食べられたこともありましたが、それゆえに無事に収穫できたときは本当に嬉しいのです。



One point advice

同じ場所に同じ作物を植えない(毎年場所を変える)。夏の日中作業は危険、早朝の比較的涼しい時間からの作業になります。



ワタシの料理、あの店の味より美味しいかも。そこには愛と情熱があるから? 一度作って味わってほしい。おいしい喜びを分かち合いますよ。

材料 (2人分)

- グリーンキウイ…1個
- 水菜…一束
- サニーレタス…2~3枚
- ミノトマト…5個
- 海老…8匹
- サーモン…8切れ
- ナッツ…適量
- パクチー …一束

〈ドレッシング〉

- スイートチリソース…大さじ3
- ナンプラー、レモン汁…各大さじ1
- 塩、コショウ…各少々



キウイのタイ風サラダ

自販兵庫支部 柏原 美由紀さん

作り方

- ①グリーンキウイ以外の野菜を食べやすく切ってざっくり混ぜてお皿に盛る。
- ②グリーンキウイは縦に8当分に、茹でて殻とわたをとった海老、サーモンと等間隔に盛りつける。
- ③ナッツは細かく刻み、まぶす。お皿の真ん中に茎をとったパクチーを盛りつける。
- ④ドレッシングの材料を全て混ぜ合わせてサラダにかける。

コメント

パクチーが苦手な方は入れなくても大丈夫ですが、このパクチーがアジア感を増してくれます。ちなみに私はパクチー大好きなので、分量よりかなり多めに入れてます。ナンプラーがなかったら、スイートチリソース(市販品)だけでも美味しいです!他にさきみを茹でて割いてのせても良さそうですね。野菜も具も、冷蔵庫と相談してアレンジしちゃいます。グリーンキウイとスイートチリソースの意外なコラボに目からウロコです。

自販北陸支部 柏木 雄貴さん

餃子



材料

- 醤油
- オイスターソース
- 味醂
- 岩塩
- 砂糖
- 柚子の皮
- 合い挽き挽肉
- ネギ
- 椎茸

作り方

- ①餃子の皮から作るの、小麦粉を練って生地を寝かせる。
- ②次に餡を作るのに上記材料を混ぜ合わせる。
- ③生地を適度なサイズにして切って伸ばして餡を包む。
- ④フライパンに胡麻油をさして餃子をいっぱい並べ、焼く。

コメント

具材をいろいろアレンジするとおいしいです



自販和歌山支部 前 ころさん

材料

- 鶏モモ
- にんじん
- 油揚げ
- ひじき
- 枝豆
- お米
- 〈調味料〉
- 醤油
- みりん
- 酒
- 砂糖
- 塩

作り方

- ①炊飯器にお米、ひじき、にんじん、油揚げ、鶏モモ肉を入れる。
- ②同じ炊飯器に調味料(醤油、みりん、酒、砂糖、塩)を入れて炊くだけです!

コメント

炊飯器で炊くだけなので簡単です! トッピングは枝豆です。

頭のスキップ・タイム

休憩時間やコーヒープレイクに、スマホを置いて頭の体操。
モヤモヤもスッキリ、スキップ、リフレッシュ。

漢字シーク ワードパズル

タテ・ヨコ・ナナメに四文字の単語を探して消していきます。使われない漢字は3つ。この3つのできる単語が答えです。消し方は、タテ・ヨコ・ナナメの一直線であれば、どの方向でもOK。例として「初期設定」と「定額預金」は消してありますが、このように、一つの漢字を2回以上使うこともあります。

こたえ			
-----	--	--	--

問題

初	期	設	定	木	麦	蕎	見	月
代	志	額	施	春	造	構	部	下
時	預	貫	音	楽	学	校	北	美
金	徹	頭	徹	尾	娛	半	舎	人
黄	体	音	饅	説	島	列	本	日
物	爛	内	小	華	路	道	速	高
人	見	河	時	途	中	下	車	麗
場	大	遊	画	計	市	都	漫	人
登	奥	羽	山	脈	代	交	勤	参

アンケート応募締切

締切 / **5月10日(火)**

待って
ま〜す♪

※Skip!のアンケートにご回答いただき「QUOカードプレゼント」の抽選に
当選された方の発表は、スズキ販売労働組合ホームページの
新着(報告)に掲載します。



「Skip! vol.105」の 漢字クロスワードパズルの 正解発表

12月に発行しました「Skip! vol.105」の
漢字クロスワードパズルの正解はコチラ!

■正解

こたえ	福	引
-----	---	---

暖	冬	天	然	記	念	物
房	異	才	者	者	語	
器	楽	曲	大	団	円	
具	同	好	会	安	住	
	凶	工	新	人	民	
漫	画	無	記	名	投	票
才	議	事	録	手		
師	匠	故	看	板	娘	

編集後記

健康のため、野菜をたくさん食べようと日々、意識して生活していたので、ぜひ家庭菜園に挑戦してみたいと思いました! まずは簡単で自分の大好き物のミニトマトから始めてみようかなあと😊自分で育てた野菜は、きっと買った野菜より美味しいですよ♪ 野菜畑や果樹園も憧れます★
★★そして、次回の企画!イラストコンテストも、ぜひぜひたくさんのご応募お待ちしております! Skip!アンケートに上手なイラストを描いてくださる方もいらっしゃいます♪

労働相談ダイヤル

職場のこと、育児や介護のこと... ひとりで悩まず、お気軽にお電話ください。

スズキ販売労働組合
労働相談窓口

070-1539-3055

●月～金 9:00～17:30
●女性からの相談には女性担当者が対応します。
(※Softbank 回線になります。Softbank からの通話は無料です。)

秘密
厳守



スズキ販売労働組合ホームページ <http://sdunion.jp>

パスワード: skip

スズキ販売労働組合 検索

今すぐクリックしてね。

スマホからはコチラが
便利です



スズキ販売労働組合

〒432-8062 浜松市南区増楽町20
Tel.053-447-3230 Fax.053-447-6648

スズキ販売労働組合 Skip! [スキップ] vol. 108

■発行日/2022年4月10日 ■発行人/野呂 隆史 ■編集人/嶋津 友加里 ■印刷所/杉山メディアサポート(株)
■編集部/〒432-8062 浜松市南区増楽町20 SUN会館内 スズキ販売労働組合(担当/嶋津 友加里) Tel. (053) 447-3230 Fax. (053) 447-6648