

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.71

2018年7月10日発行 / 7・8月合併号

• INDEX •

2018年度 新入社員

活動ニュース

トピックス

支部紹介 〈自販高知支部・自販湘南支部・
自販熊本支部・自販静岡支部〉

夏がきた、バーベキューでコミュニケーション!

Skip! cooking

着ボイス

Skip! BBS



今月の表紙Photo: 自販大分支部 スズキアリーナ佐伯「ヤァー!」



▲自販京都支部

2018年度 新入社員

2018年4月1日付で、528名の新入社員が入社されました。
新たに仲間に加わった皆さんをご紹介します。



▲自販和歌山支部



▲自販北陸支部



▲自販浜松支部



▲自販西埼玉支部



▲自販徳島支部



▲自販東海支部



▲自販兵庫支部



▲自販滋賀支部



▲自販香川支部



▲自販千葉支部



▲自販奈良支部



▲自販長野支部



▲自販湘南支部



▲自販富山支部



▲自販埼玉支部



▲自販近畿支部



▲自販南信支部



▼自販神奈川支部



◀自販新潟支部



▲自販静岡支部



▲自販沖縄支部



▲自販南東京支部



▲自販佐賀支部



▲自販栃木支部



▲自販山形支部



▲スズキ岡山支部



▲自販北海道支部



▲自販宮城支部



▲自販長崎支部



▲自販群馬支部



▲自販大分支部



▲自販青森支部



▲自販宮崎支部



▲自販中部支部



▲自販鳥取支部



▲自販鹿児島支部



▲自販東京支部



▲自販福岡支部



▲自販山口支部



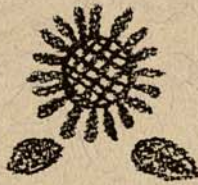
▲自販熊本支部



自販岩手支部▶

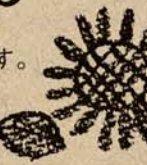


毎月、いくら
積立しようかな?



活動NEWS

各支部の活動をご紹介します。



自販
浜松支部

新入社員の皆さん、
入社おめでとうございませう！
2018年度新入社員勉強会



「職場集会」に参加してください



新入社員10名の勉強会を行いました。清野支部執行委員長の「そもそも、組合とは…」から始まり、労金・全労済のご担当の方にもお越しいたいただき、説明をしていただきました。後段では、事前に新入社員に依頼しておいたアンケート用紙を用いての自己紹介を取り入れながら、雑談の中で質問を交えるなど、有意義な意見交換会の場になりました。幸先のいいスタート。新入社員の皆さん、あらためて、入社おめでとうございませう！

DATA

- 開催日 / 2018年4月23日(月) 14:00~17:30
- 場所 / 本社2F会議室
- 参加人数 / 15名(内新入社員10名)

上手な人は
オーラが違う?!



ボウリングがダメならビンゴで勝つ!



華々しいデビュー戦、
擲れ高OK!



自販
浜松支部

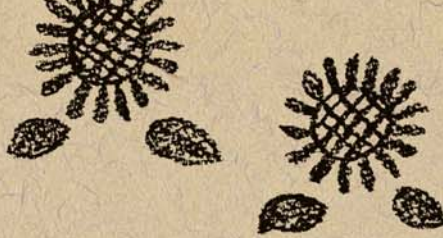
新入社員も大健闘、ハイレベルな戦い
第22回ボウリング大会&スペシャルビンゴ大会

毎年恒例となった「新入社員歓迎会」を兼ねたボウリング&ビンゴ大会を開催しました。今回は第22回の記念大会ということで、豪華賞品を大量に揃えました！3名1チームの団体戦では、今井社長・新入社員大橋さんのチームが見事優勝！個人戦では林支部執行委員が220を叩き出しH/G(ハイゲイム)。新入社員の八木田さんも堂々の4位入賞(新入社員で1位)！と、ハイレベルの戦いでした。社長をはじめ、会社幹部の方々と一緒に汗を流す、とても貴重なひとときを過ごせたのではないのでしょうか。ビンゴ大会も大いに盛り上がり、新入社員の皆さんも大満足だったのでは！次回は12月、また多数の皆さまのご参加をお待ちしております。

DATA

- 開催日 / 2018年4月24日(火) 18:30~20:30
- 場所 / 毎日ボウル芳川 (浜松市四本松)
- 参加人数 / 72名





レクリエーション、楽しそう



「働く仲間」ということが

自販
宮城支部

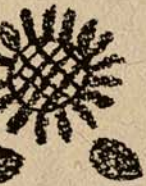
大丈夫です、皆さん。組合がついています。
新入社員組合勉強会

DATA

- 開催日 / 2018年4月20日(金) 15:00~17:00
- 場所 / アリーナあすと長町
- 参加人数 / 12名(新入社員)



今年入社した新入社員を対象に、組合勉強会を実施しました。全労済と労働金庫のご担当の方に、制度や利用方法などを説明していただいた後、当組合の仕組みや活動について説明しました。社会人となつて間もない彼らには、今回の内容をすべて理解することは、すぐにはなかなか難しいかと思えます。これからの仕事や生活の中で、組合組織の利点として今日の内容を実感でき有効に活用していけるよう、我々が今後もサポートしていきたいと思えます。



へ〜、ちょうど今、春闘してるんだ



「Skip」面白いな〜



自販
京葉支部

興味を持つことができました！
新入社員研修会

DATA

- 開催日 / 2018年4月14日(土) 13:00~16:00
- 場所 / スズキ自販京葉 市原営業所
- 参加人数 / 19名

新入社員を集め、組合の歴史や活動内容、活動意義をより身近に感じていただけるよう2、3の例を挙げ、今後、組合員の相談窓口になれるよう説明いたしました。また、全労済、労金の担当者をお招きし、同様にその歴史や活動内容、意義の説明をしていただきました。研修会終了後には、新入社員の何人から「研修内容に興味を持つことができたい」という感想をもらい、成果を実感しています。私自身、新入社員と交流の場が持てたことは、今後の経験にも生きる貴重な体験となりました。





働く人の毎日をどう支えていけるのか？ 支部執行委員長・支部書記長が集合、定例研修会開催

第1部は「両立支援制度」の概要を学びました。現在、子育てや家族を介護する社員が仕事の両立が図られるよう、国の法律に基づき、休暇や経済支援が制度化されています。社員が利用できるさまざまな制度とともに会社や上司の配慮が必要とされ、今後、この制度については、会社と組合が周知・理解していくことが重要だと改めて認識しました。

第2部の「タイムマネジメント」講座では、単に時短や生産性目的だけでなく、仕事の組み立て方や時間の割り振りなどを通して社員のワークライフバランスを実現し、モチベーションの向上にもつながる技術を勉強しました。



DATA

- 日時 / 2018年5月15日(火) 14:30~18:30
- 場所 / ホテルサンルート梅田(大阪市北区)
- 参加者 / 支部執行委員長、支部書記長
- 第1部講師 / スズキ株式会社人事部 青木 貴之氏
- 内容 / 両立支援制度勉強会
- 第2部講師 / j.union株式会社 加藤 瞳氏
- 内容 / タイムマネジメントのすすめ



▲加藤 瞳氏



▲青木 貴之氏



対話を円滑にするアサーションとは？ 第13期 第2回 書記長会議を開催

あなたは自分を抑えて意見を言えないタイプですか、それとも押し通すタイプ？会社でのストレスの1位は「人間関係」。コミュニケーションを円滑にする注目の技術「アサーション」を学びました。人はそれぞれ異なる「気質」(生まれながらにもっている性格)を持っているからこそ、自分の気質を知り、それに合った行動や対話が大切なのだそう。グループになって実際にアサーションスキルを使って実践。自分と性格も意見も違う相手に配慮して、気持ちを伝える興味深い技術を体感しました。「組合活動だけでなく、日頃の仕事にも生かせる研修だった」と参加者から声が聞かれました。



DATA

- 日時 / 2018年5月16日(水) 9:00~12:30
- 場所 / ホテルサンルート梅田(大阪市北区)
- 参加者 / 支部書記長
- 講師 / j.union株式会社 加藤 瞳氏
- 内容 / 気質コーチング・アサーションスキル向上



▲加藤 瞳氏



TOPICS

一流芸人から学ぶ！「なんでやねん力」 ダブルでコミュニケーションセミナー①&②

吉本興業と深く関わりのある放送作家のWマコト先生を講師に迎え、浜松と大阪の2会場で同月ダブル開催。実践的コミュニケーション術を「お笑いを通して教えていただきました。」一流芸人が実際に活用している「コミュニケーション術や「なんでやねん力」の先にある成功の質を高める法則など、組合活動や仕事、プライベートでも役立つ「鉄板スキル」を学びました。漫才のような実践レクチャーに、終始、笑いが溢ればなでした。参加者からは「話が面白く、内容が分かりやすかった」「自分を客観視して相手を理解し、仕事や日常生活に役立てようと思った」「楽しかった上に、勉強になった」などの声がありました。

昨年10月に同セミナーを東京で開催し、好評だったため、今回はダブルでの開催となりました。また機会がありましたら、ぜひご参加ください！

DATA ①スズキ労連主催

「グッドコミュニケーションセミナー」

- 日時／2018年5月19日(土) 13:00～16:00
- 場所／SUN会館3F大会議室(浜松市南区)
- 参加者／スズキ販売労働組合から10名
- 講師／株式会社Wmcommons代表
Wマコト(ダブルまこと)
中山 真氏、中原 誠氏
- 内容／一流芸人から学ぶ!「なんでやねん力」



▲Wマコト(ダブルまこと)中山 真氏、中原 誠氏



DATA ②スズキ販売労働組合主催

「コミュニケーションセミナー」

- 日時／2018年5月23日(水) 13:30～17:00
- 場所／大阪コロナホテル(大阪市東淀川区)
- 参加者／80名
- 講師／①と同じ
- 内容／①と同じ



▲Wマコト(ダブルまこと)中山 真氏、中原 誠氏



支部紹介

お楽しみに!

全国51支部を2年かけて順番にご紹介いたします。

Q1 組合役員になって良かったこと、頑張っていることは何ですか？



報告者：野瀬支部書記長

組合活動の中で、あまり接することがなかった人と話す機会を得られたり、月1回の労使協議を通して、知らなかった会社の状況が分かりました。

自販 高知支部



高知県

Q2 支部の様子や取り組んでいる活動、支部自慢などをお聞かせ下さい。

毎月1回職場大会を実施し、相手の立場や部門を問わず、活発な意見交換を行っています。社員の平均年齢が若く、若手が中心となって組合活動に積極的に参加しています。

Q3 今後やりたいことは？

パースデー休暇を作るなどして組合員の有休消化率を上げたり、魅力的なレクリエーションを実施したりするなど組合活動を充実させていきたい。



▲支部執行部



▲執行委員会の様子

Q4 地元紹介をお願いします。

おすすめグルメは？

「かつおの塩たたき」

かつおのたたきというイメージが強いと思いますが、高知では塩たたきが有名。サッパリしてカツオの風味が引き立ち、お酒のおともにも最適です。



▲かつおの塩たたき

おすすめスポットは？

「桂浜」

水族館ではアシカショーが観られ、坂本龍馬の銅像があり、時期によっては「坂本龍馬に大接近」などのイベントも。お土産コーナーイチオシは「1×1アイスクリン」。ポケスポットもあちこちにあり、レアポケモンが多数発生!!



「須崎の『鍋焼きラーメン』」

2016年ゆるキャラグランプリ「しんじょう君」の地元、須崎市のラーメン。鶏ガラと野菜を煮込んだスープ、後を引くコクが魅力。店ごとにキムチなどのアレンジがあり、味の違いも楽しめます。



▲須崎の『鍋焼きラーメン』



◀しんじょう君

地元民しか知らない
穴場情報を教えて！

おすすめ土産は？

「ミレービスケット」

高知土産といったらコレ！おいしくてつい食べ過ぎてしまうほど。パッケージのミレーちゃんはアンパンマン原作者のやなせたかし先生(高知県出身)作。大家族用に枕サイズも販売されています！



「仁淀川(によどがわ)」

高知県で川といえば「最後の清流・四万十川」でしょうか？しかし、皆さんに見て頂きたいのは仁淀川。今では日本一美しい川とうたわれ、「仁淀ブルー」という言葉が生まれる程に澄んだ川。是非、見に来てください。



自販 湘南支部



神奈川県



報告者：片瀬支部書記長



▲支部執行部

Q1 組合役員になって良かったこと、頑張っていることは何ですか？

組合員代表の自覚を持ち、会社と対等に交渉事を進めています。また、全てが解決できる事案でなくとも、組合員の小さな言葉にも耳を傾けるよう、心掛けています。

Q3 今後やりたいことは？

会社を巻き込んでの地域貢献（献血や骨髄バンクへのドナー登録など）

Q2 支部の様子や取り組んでいる活動、支部自慢などをお聞かせ下さい。

若返り中でありませす！



▲執行委員会の様子

Q4 地元紹介をお願いします。

おすすめグルメは？

おすすめスポットは？

「ミルクハウス『飯田牧場』」

藤沢市にある「日本一小さい牧場」と呼ばれる自家製の原乳を使用した乳製品を直接生産・販売するお店です。一番人気のジェラートは絶品！新鮮な牛乳も販売中。



アニメ「ろんぐらいだあす」の舞台にもなった



店の裏手の約90坪の小さな牛舎

「都まんじゅう」

平塚駅前に店を構え、まんじゅう一種類だけ作って50年、行列ができる「つるや製菓」。カステラ生地に白あんたっぷり。焼印がいろいろあって楽しい。

おすすめ土産は？



真ん中は市の定住促進プロモーション印。



▲湘南ひらつか名産品認定



◀都まんじゅう

「湘南平・高麗山」

標高181m、山頂付近まで車で登れ、夜景は絶景！テレビ塔の金網には“永遠の愛”を誓う鍵が無数に。夜景を眺めながら存分に愛を語りあう場所！



▲湘南平



▲スタコラ、山を上がります



▲テレビ塔



▲お約束の錠



晴れていれば、オーストラリア大陸まで見え…るわけないか。

「湘南散策」

「湘南ボーイ」

地元民しか知らない穴場情報を教えて！

平塚市の海岸近くの商店街にある「湘南創業・菊穂(きくまり)」自慢の銘菓セット『湘南散策』。パッケージは竹籠！その中のサーフボードの形をしたバターどらやき『湘南ボーイ』がイチオシ。あんは北海道産、たまごは伊勢原大山、皮は店主の秘密の配合！！



▲湘南ボーイ



◀湘南散策

Q1 組合役員になって良かったこと、頑張っていることは何ですか？

他拠点や他部門の方々と職場問題を話すことで、責任感を持つようになりました。また、組合役員を務めるからこそ学べる機会が多く、貴重な経験をさせて頂いています。他県での研修などを通じて良い取組みを取り入れ、組合員が働きやすい職場となるように団結し、頑張っています。



報告者：宮川副支部執行委員長



▲支部執行部

自販
熊本支部



熊本県

Q2 支部の様子や取り組んでいる活動、支部自慢などをお聞かせ下さい。

熊本県内に18拠点、組合員221名、執行委員25名の構成。毎月の執行委員会では、各拠点の問題点などをあげ、より良い職場に向けての意見を出し合っています。議論の内容は、組合ニュースや職場大会などで組合員に伝え、全員で情報を共有できるようにしています。

Q3 今後やりたいことは？

レクリエーションの充実。組合員に楽しんで参加してもらえるイベントを計画していきたいです。



▲定期大会



▲執行委員会の様子



▲執行委員会の様子

Q4 地元紹介をお願いします。

おすすめグルメは？

「いきなり団子」

もちもちとした薄い生地に、あんことさつまいもを包んだパラスのいい甘さ。作り方が簡単なので、突然の来客にも「いきなり」出せることに由来。



おすすめ土産は？

「晩白柚（ばんぺいゆ）」

八代市が主な産地の巨大な柑橘果物。直径25cmほどになるものも珍しくなく甘酸っぱく、さくとした歯ごたえで、とっても美味しい。

晩白柚



皮も調理して食べられる！



おすすめスポットは？

「鍋ヶ滝（なべがたき）」

阿蘇にある、お茶のCMで有名になった滝。水のカーテンのように美しく、滝の裏側にも行けます。マイナスイオンたっぷり、癒し効果抜群☆



地元民しか知らない穴場情報を教えて！

「山田の藤」

玉名市の山田日吉神社内にあり、4月の中旬から下旬が見頃。藤棚いっぱい紫色の花が咲き誇り、見ごたえ抜群♪





▲支部執行部



▲執行委員会の様子



▲執行委員会の様子

Q1 組合役員になって良かったこと、頑張っていることは何ですか？

会社の現状と各職場の状況を知ることができるようになったこと、他拠点の執行委員とも話をするようになって、コミュニケーションが取れるようになったこと。

Q2 支部の様子や取り組んでいる活動、支部自慢などをお聞かせ下さい。

若いメンバーが比較的多いですが、年齢的にはバランスがとれており、明るく雰囲気が良いです。

自販
静岡支部



静岡県

Q3 今後やりたいことは？

組合員が会社を好きになれるよう、よりよい職場づくりを提案していきたいです。また、レクリエーションをもう少し多くして、組合員間の交流の機会を増やしていきたいと考えています。

Q4 地元紹介をお願いします。

おすすめグルメは？

「富士宮やきそば」

「しずおかおでん」や「モツカレー」などB級グルメの宝庫、静岡ですが、やっぱりおすすめはB-1グランプリで2回優勝している「富士宮やきそば」。ビールとも相性バツグン！
※B-1グランプリはB級ではなくブランドのBであり、ご当地グルメでまちをPRするまちおこしイベント



おすすめスポットは？

「ねこの博物館」

猫好きの方、伊豆高原で猫三味はいかが？かわいい猫ちゃんがたくさんいて癒されます。



報告者：
杉山副支部執行委員長(左)



おすすめ土産は？

「ツナ缶」

静岡市はツナ缶全国シェア99%、中でも由比缶詰のオリーブオイル漬けは逸品。ヘルシーでおいしく、お土産に最適。



地元民しか知らない穴場情報を教えて！

「富士山と柿田川湧水郡」

世界遺産のとても綺麗な山。皆さんご存知ですかね？(笑)その清らかな湧き水は、名水百選にも選ばれる名水です。



▲柿田川湧水郡



▲田子の浦公園



▲田子の浦港

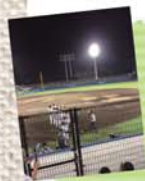


▲富士山と浅間大社

他にも...!!

「草薙球場」

日本プロ野球以前の日米野球戦で澤村栄治とペーブ・ルースが対決した伝説の球場。



▲ナイター



▲円陣



▲沢村銅像



「エスパルスドリームプラザ」

J1清水エスパルスの応援スポットであり、ショッピングやエンターテインメントの拠点。「すしミュージアム」を中心に観光客で賑います。観覧車に乗れば富士山と駿河湾が見える！

ドリームプラザすし横丁▶



▲エスパルスドリームプラザ



駿河湾が見えるヨ。

「富士山世界遺産文化センター」



▲大トロ井



夏がきた、

バーベキューで

コミュニケーション

知って役立つ
豆知識

ワイワイ仲間と
準備も楽しもう！

準備編

成功はチームワークと
場所選び

駐車場、トイレ、水場、日陰、子ども遊び場、雨の避難、近くにスーパーやコンビニがあるか…など参加者や当日の条件を考慮して場所を決めよう。道具や食材の準備も役割分担して効率よく！連絡や情報共有にはLINEのほか、ログインせずに利用できる「調整さん」なども便利。



「肉、買ってきて」と
言われたら？

肉一人前の基本量：大人男子
300g、大人女子・小学生
200g

「牛肉」

①サーロイン…ステーキ肉といえ
ばこれ。きめが細かく、柔らかい。
網焼きなら赤味、鉄板なら霜降
りを。

②リブロース…牛肉の中では厚み
のある部分でカットしやすい。
霜降りには焦げやすいので赤味が
おすすめ。

③肩ロース…肉質柔らか、筋つぼ
い部分があるので薄切りか焼い
てからカット。焼肉風バーベ
キューに最適。

④ヒレ…他の部位と比べ柔らかく、
脂肪も少なくヘルシー。焼きす

ぎると固くなるので上級者向け。

「豚肉」

①バラ肉…おなじみの部位。濃厚
な脂身が特徴で赤味と層になる
別名「二枚肉」。骨付きがスペア
リップ。

②ロース…背中の筋肉。きめが細
かく適度に脂がのっている。脂
肪に旨味があるので取りすぎな
いように。

③スペアリブ…手で持ってガブッ。
脂身が燃えやすいので強火で表
面をさっと焼いた後は、弱火で
じっくりと。

④ヒレ(テンドーロイン)…豚肉の
中で最上と言われ、肉量が少な
く貴重な部位。脂肪が少なく淡
泊な味。

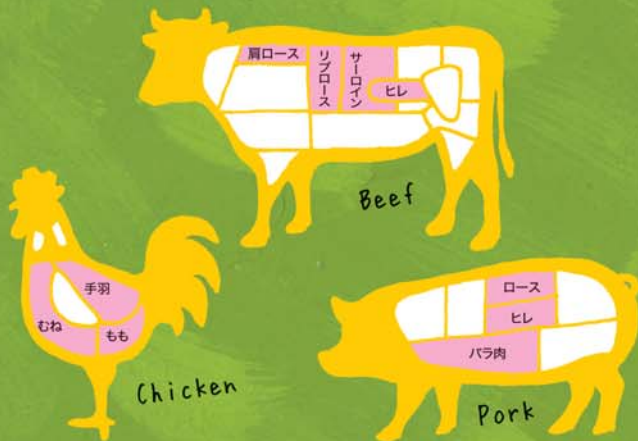
「鶏肉」

①むね…淡泊な味わい、脂肪少な



Let's
コミュニケーション!
もりもり
実践編 食べるぞ!

- ① ヘルシー。焼きすぎるとパサつきやすいので慎重に。
- ② 手羽：濃厚な味わいの骨まわり肉。焼き加減が難しいので、ホイールの利用や網に置く位置で調整。
- ③ もも：脂身をほどよく楽しめ、よく焼いてもパサつきにくく、ふつくら仕上がる人気の部位。



バーベキューコンロ、
どうする??

専用コンロがあれば、話は早い。「現場にある石を利用、耐火レンガで組む、自動車オイル缶を改造、運搬（輪車（ネコ車）をアレンジ、卓上ガスコンロを持ち寄る」など創意工夫がバーベキューの醍醐味でもある。

お肉を生かすも殺すも
炭次第

- 一般的な炭の量は1人1キロ、または1時間1キロが目安。
- マンクローブ炭：BBQ用と表記。良く燃えるが煙・匂い・火の粉が出て燃焼時間は短い。値段は手ごろ。
- 黒炭（くろずみ）：煙・灰が少なめで扱いやすい。燃焼時間は2時間程度。やや高め。
- 白炭：「備長炭」が有名。長時間安定した火力。煙・灰・匂いが少なく上級者向き。金額は高め。

網と鉄板、
どっちがいいの??

- 「網」
- 炭火の直火・赤外線線で肉はジュシーな焼き上がり。
- 網から落ちた脂でいぶられ、炭火の香りがつく。
- 100円ショップやホームセンターで安く手に入る。
- 火力調整が難しく火が強いと野菜はすぐ真っ黒。



- 「鉄板」
- 初心者、子どもでも扱いやすく、安心、保温性も高い。
- なんでも調理できるが、炭火の効果も十分に得られない。
- 焼きそばや小さな食材が焼きやすく、下にも落ちない。
- 鉄板の厚みがあるほうが、おいしく焼けるが重く高価。
- アドバイス：①アルミ皿やフライパンを使って網にのせ鉄板代りにする②網、鉄板を両方を使い分ける。

単純明快、
予算いらずの屋外ゲーム

- 飲み物当てゲーム
：目隠しをして
コップの中身（お茶やジュース）を当てる。
- 背中や伝言ゲーム：お題の言葉を指で早く正確に仲間の背中に書き伝えていく。
- 変装間違い探し：変装する人と変装の数を決め、変装した部分を見つける。
- ジェスチャーゲーム：動物や芸能人のほか参加者の誰かなどお題をひねろう。



バーベキュー4大苦情
「におい・煙・騒音・ゴミ」

近隣には洗濯物を干しているお宅や、赤ちゃんが見張りをしているお宅があるかも。そもそも、そこは

バーベキューをしていい場所? 消防法、都市公園法など、屋外での火の使用を制限する法律がある。また「来た時よりも美しく」がバーベキュー美学。地域自治体指定のゴミ袋で最初から分別できるようなゴミ箱を作ろう。使った灰も持ち帰るのが基本! コンロから「火消しつぽ」に移して次回に使おう。(コンロに直接水をかけると蒸気が飛び散って危険)



遊びの中にも危機管理

ヤケドした、ハチに刺された、転んでけがしたなど楽しい集いの場にはトラブルが付きもの。万に備え救急セットはもちろんな、保険証持参、通院・入院などに対応するレクリエーション用の傷害保険加入も検討しよう。

楽しい思い出にするために

「楽しかった、おつかれさま」ちょっと待った、あなた、お酒飲んでませんか? 飲酒運転による交通事故は全国で3,757件、うち死亡事故は213件(平成28年度中)。お酒を飲んだら「絶対に運転しない、運転者に飲ませない、運転させない」そう、バーベキューを楽しむ基本は、ルールを守り、参加者や他人を気づかうこと。どうか、お忘れなく!

Column

バーベキューって
どんな意味?

約400年前の大航海時代、カリブ海先住民の言葉「肉をあぶる木製の台」がスペイン語に入り、「丸焼き」を意味する「Barbecoa」に、さらに英語が入り「barbecue」となり、野外のパーティー料理として発達。日本では「BBQ」、英語圏では「Barbecue」や「Bar-B-Q」と略す。

楽ちゃんサービス、
どこまでお願いしちゃう??

買い物をする時鉄板や器材を貸してくれませんか。バーベキュー便(器材・食材やスタップまで付いてくるサービスも)、手ぶらで楽しめるレジャー施設もある。

バーベキュー回った、
「ああああ」

- 風向き逆のコンロ設置で煙をもろかぶり
- 風でゴミや血が飛んでいく
- 用意してきたおにぎりや果実が臭う。(素手NG、ラップ使用や冷凍保存)
- 「究極の質問」ゲームで好きな人がバシバシ。(嫌いな人も!)
- トイレに入ったら紙が無い! 救いのカミは気まぐれ
- 肉を焼きながら食べてたらお腹が... (生肉をつかんだ箸で食べてはダメ)
- 誰の紙コップか分からなくなりテーブルがコップだらけに。(名前前を書こう)

そばろ de タコライス風

<調理時間10分>

レシピ提供/フードコーディネーター 森 悠美 先生

家庭料理全般を教え、栄養バランスのとれたレシピに定評がある料理講師。テレビ番組や雑誌などレシピ開発にも携わり、現在は食育インストラクターとして子供の料理講師も務める。

材料(2人分)

- | | | |
|---|-----------------|---------------|
| A | 豚挽き肉…………… 150g | ごはん…………… 2人分 |
| | おろししょうが…………… 小1 | |
| | おろしにんにく…………… 小1 | <トッピング>お好みで |
| | しょうゆ…………… 大1 | トマト、レタス |
| | 砂糖…………… 大1 | チーズ、タバスコ ……など |
| | 味噌…………… 大1/2 | |
| | 小麦粉…………… 小1 | |



作り方

1. 耐熱ボウルにAの材料を入れて混ぜ、内側に優しく広げます。



2. ①をラップをかけずに電子レンジ(500W)で4分半加熱し、一気に混ぜほぐします。



3. 野菜は食べやすく切ります。

4. 器にごはん、トッピング、②のをせ仕上げます。



★ 内側に広げる時は力を入れず優しくすると②でほぐしやすくなります。

★ 加熱後に出た油はそのまま混ぜても美味しいですが、取り除けばカロリーが抑えられます。

★ そぼろはお豆腐にのせたり、コロッケの具、玉子焼きに混ぜても美味しくいただけるので作り置きしておくとう便利です!!

「Skip! vol.70」のスズキ販売労働組合クイズの正解・解説

6月に発行しました「Skip! vol.70」のスズキ販売労働組合クイズの正解と解説です。

※正解者発表はSkip! vol.73 (10月号)での発表の予定です。

■掲載問題はコチラ

問題

スズキ直営代理店の一時金(ボーナス)算定基礎となるのは次のどれ?

- | | |
|---------------------------|------------------------------|
| ① 基本給 + 職能給 + 仕事給 + 残業手当 | ③ 基本給 + 職能給 + 役職手当 + 仕事給 |
| ② 基本給 + 職能給 + 役職手当 + 残業手当 | ④ 基本給 + 職能給 + 仕事給 + 奨励金(報奨金) |

■正解・解説はコチラ

[こたえ] ③ 基本給 + 職能給 + 役職手当 + 仕事給

[解説] ③が一般的に所定内賃金といわれ、通常働くとき支給される金額となります。この所定内賃金に春の取り組み(春闘)で会社と労働組合が交渉して得た回答月数を乗じて算出した額が、基本的な年間一時金(ボーナス)の金額となります。これを夏・冬に分割して支給します。この金額は標準的に働いた人の金額となっているので、ここから半期毎の考課割30%増減が入り、基本的な年間一時金金額から個人ごとの支給額は評価によって異なります。ですから各々が支給額をよく見て、何故自分がこの支給額なのかを意識し、考課面談等で確認することが大切です。



●アメリカ独立記念日：7月4日 1584年、英国探検家北米大陸から始まった植民地化であったが、1776年のこの日、英国からの自由と独立が宣言された。自由を喜び祝祭が全土で行われる。

●なほの日：7月8日 沖縄の那覇市民が中心となってイベントを開催したのが始まり。一人ひとりが那覇を考える日として市内各地が盛り上がる。

●バイクの日：8月19日 バイク事故減少を願って総務省が制定。ちなみに今年8月25・26日はススキも協賛の第16回「バイクのふるさと浜松」開催。展示や販売、ライダーデモと多彩。

●焼肉の日：8月29日 全国焼肉協会が地域社会貢献と販売促進のために制定。また、この日はマイケル・ジャクソンの誕生日(1958年)。生きていれば還暦である。

Question

あなたの癖は何ですか?

いろいろな癖が集まりました。それぞれですが、大きく3つに分かれました。自分の癖と相手の癖も意識してコミュニケーションにかせるといいですね。

「VOI-68 BBS質問」

※回答総数：160件
※()…同系の回答数

Skip!

Bulletin Board System

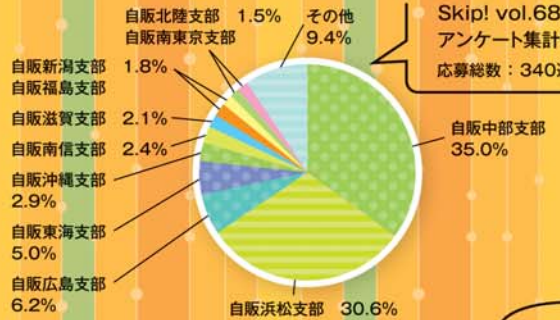
BBS

アンケートで集まった、皆さんの疑問や悩みをスッキリさせるのは、やっぱり、皆さんのアンケート回答。Skip!の掲示板、交流の場として、ぜひ、ご活用ください。編集部は皆さんの声を待っています!

「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.68
アンケート集計結果
応募総数：340通



Answer

言葉：声に出る人：20人

- 「なるほど!」
- 「めんどくさい!」
- 「えっ?」
- 「はい」が多すぎ
- 「語尾に「ですね!」
- 「やばい!」
- 「たしかに!」
- 「申し訳ございません!」
- 相手に「あなた!」
- 電話等で喋る前に「あ!」
- 考えていることが口からもれる
- 同じことを2回(そうです、そうです…)
- 声が大きくなる
- ひとりごと
- 鼻歌(〇)
- 「私は三條からいなくなりました!」
- 「仕事でミスしたとき」
- 数えるとき「ワンツ、サン、シー」
- 名古屋弁「でら〜」「しといて」
- 三河弁が思わす
- しぐさ：態度に出る人：69人
- すぐに頭をかく(3)
- 頭や髪の手を触る(6)
- 枝毛をさがす
- まつ毛を抜く
- 眉毛がヒクヒク動くとき人にいわれる
- 鼻をすすりがち
- 鼻をかく・さわる(4)
- 目をこする(2)
- 緊張や照れで鼻や口を手で覆う
- 舌打ち
- 下唇をかむ(3)
- 考え事の時、唇をさわる
- ヒゲをイジる・抜く(3)
- つめをかむ
- すぐ腕を組む(3)
- 足を組む(4)
- 野球の素振りをしてしまう
- ペンを回す(3)
- ボールペンの後ろをカチカチする
- 息を吸う時に「アッ」と言ってしまう
- 指ポキポキ(4)
- 何かあると指を動かすこと
- 手をさわってしまいがち
- 指をトントンしてしまいます
- 必ず手を動かさないとしやべれない
- リアクションが大きすぎる(4)
- 部屋には右足から入る
- 歩くときに2ステップになる
- キョロキョロする
- 人のおしこを見ること
- 仕事中にパソコンのEnterキーを強く押してしまう
- 携帯の文字入力力を両手でやってしまう
- 指パッチンされると受け身(柔道)をとってしまう
- 歯ぎしり
- 家の食卓のイスであぐらをかいてしまう
- 溜め息です
- ポーズをつけること
- RGに似てること。急所を守ること
- つなぎの左腕にペンがあるので私服のときも手が左腕についてしまう
- セレクトレジャーをセミオートからフルオートにカチカチと何度も切り替えてしまう
- 引き笑い
- 話した後には笑ってしまいます
- 自分の発言にうなずく
- 相槌が多過ぎて、会話が止まってしまう
- 行動に表れる人：51人
- 虫さされの傷にためて十字の跡をつける
- すすんでトイレそうじをする
- 妄想
- 10秒あれば寝られる
- 仕事の日は、帰宅後、寝落ちしてしまふことが多い
- 遅刻(フライヘッドで)
- 猫に話しかける
- 気合いが入りすぎて周りが見えなくなる
- すぐお腹がいたくなる
- オナラをする
- 物事に対して直線的に動く
- よく「もの忘れ」をする
- 句いをかきたがる(4)
- 人と目が合うと変顔してしまう
- 汚すこと
- スマホチェック(2)
- ユーチューブ観る
- 自分自身の姿を30分ごとに確認する
- モノを捨てられない(2)
- テレビに向かって意見言う(2)
- 顔のしわが気になり顔体操
- すぐ調子に乗ること
- 夜、おかしをたらふく食べる
- 食品のカロリー表示の確認
- 人の年令を干支で数える
- 仕事
- ついついトレーニングをしまいます
- 何でも完璧にしないと気が済まない
- むずかしく考えすぎる
- 禁酒が続かない(3)
- 早食いをしてしまう
- 毎日スカキャ
- 愛車が汚れると、すぐに洗車してしまいます
- おハサンなのに若がる
- 二度寝
- 車の中で歌う(2)
- かまこぼし
- 吸い終わったタバコの吸いガラを灰皿にならべる
- 美しい女性に見とれてしまう
- 人の真似をする
- どちらか迷うと、原価の高そうな方を選んでしまう
- 耳かきが止まらない
- 癖がない・気がついていない：18人
- 分からない、誰か教えてください!
- 白覚のある癖は癖とは呼ばないと思う
- 自分では気付かない何か
- ないのがクセ：など
- おろすきで書ききれない：2人

- 手をお腹がいたくなる
- オナラをする
- 物事に対して直線的に動く
- よく「もの忘れ」をする
- 句いをかきたがる(4)
- 人と目が合うと変顔してしまう
- 汚すこと
- スマホチェック(2)
- ユーチューブ観る
- 自分自身の姿を30分ごとに確認する
- モノを捨てられない(2)
- テレビに向かって意見言う(2)
- 顔のしわが気になり顔体操
- すぐ調子に乗ること
- 夜、おかしをたらふく食べる
- 食品のカロリー表示の確認
- 人の年令を干支で数える
- 仕事
- ついついトレーニングをしまいます
- 何でも完璧にしないと気が済まない
- むずかしく考えすぎる
- 禁酒が続かない(3)
- 早食いをしてしまう
- 毎日スカキャ
- 愛車が汚れると、すぐに洗車してしまいます
- おハサンなのに若がる
- 二度寝
- 車の中で歌う(2)
- かまこぼし
- 吸い終わったタバコの吸いガラを灰皿にならべる
- 美しい女性に見とれてしまう
- 人の真似をする
- どちらか迷うと、原価の高そうな方を選んでしまう
- 耳かきが止まらない
- 癖がない・気がついていない：18人
- 分からない、誰か教えてください!
- 白覚のある癖は癖とは呼ばないと思う
- 自分では気付かない何か
- ないのがクセ：など
- おろすきで書ききれない：2人

2018年 楽しい 楽しい 夏休み企画

あなたも夢のカーデザイナー

夢いっぱいのクルマの絵大募集

①テーマ：「夢いっぱいのクルマの絵」
 ②対象：組合員、組合員のお子さん・お孫さん(1人1作品)
 ③画材：自由(クレヨン・色鉛筆・マジック・絵の具等)
※Skip!差し込みの提出用紙に書いて応募ください。
 ※複数枚必要の方は職場の「支部執行委員」にご連絡ください。
 ④締切：2018年9月7日(金)
※支部執行委員にご提出ください。
 ⑤賞品：おとな部門(中学生以上) / 小学生部門 / ちびっこ部門
※それぞれグランプリ賞とSkip賞があります。
 ※応募者全員に「参加賞」を進呈。(500円分の図書カード)
 グランプリ賞：人気テーマパークヘアチケット
 Skip賞：QUOカード3,000円分

応募者全員に参加賞! 図書カード500円分

皆さまからのご応募をお待ちしております。

※作品募集の詳細につきましては組合員の皆さまに配布致しました募集ビラを御確認いただくか、お近くの支部執行委員までお問い合わせ下さい。

抽選で **20** 名の皆さんに「クオカード(1,000円分)」をプレゼント!

Crossword puzzle

クロスワードパズル

締切/9月7日(金)

タテ、ヨコのヒントを手がかりにクロスワードを解いてください。A~Eの二重ワクの文字を順番に並べてできる、言葉は何でしょう?
正解者の中から抽選で20名の皆さんに「クオカード(1,000円分)」をプレゼント! 別紙のアンケート用紙に答えをご記入し、お近くの支部執行委員、または支部書記長にお渡しいただき、ご応募ください。

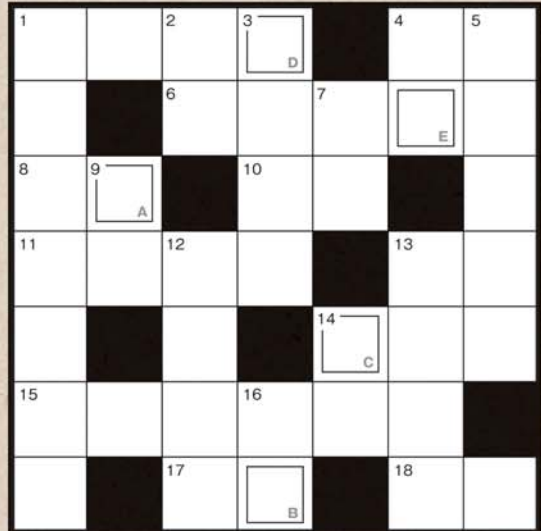
[問題]

【タテのカギ】

- 1 「スイフト」がJNCAP衝突安全性評価で「○○○○○○賞」受賞
- 2 魔女と座頭市、共通のアイテム
- 3 ウニやイクラのお寿司、何巻き?
- 4 焼き肉に付けて食べよう
- 5 黄緑で大粒のブドウ
- 7 ジャーと鳴る、中国の打楽器
- 9 定番でスーツ。一本でも、サウザンド
- 12 ピンチをコレに変えるのだ!
- 13 ネバネバ大豆。卵入れる派?
- 14 口止めで、口にする英文字
- 16 ハードスプレーでバリッと立てる

【ヨコのカギ】

- 1 レースの勝者が受ける、チェッカー○○○○
- 4 竜が、うっかり落としてコ〜ロココ
- 6 「終り」がないこと
- 8 物語、海老、神宮といえは
- 10 甘栗食べて…ボイ捨てするな!
- 11 のつけて、書道紙を固定
- 13 かき水が美味しい季節です
- 14 焼きもち。ねたましい気持ち
- 15 “コンバウトで小回りが利くセニアカー”
- 17 タコがブーツ。水中煙幕
- 18 行こうよ行こうよ、サーフィンしに



こたえ	A	B	C	D	E
-----	---	---	---	---	---

「Skip! vol.68」のナンバープレースパズルの正解・当選者発表

4月に発行しました「Skip! vol.68」のナンバープレースパズルに340名の方にご応募いただきました。誠に有難うございました。内正解者274名の中から抽選の結果、右記20名の方が当選となりました。当選おめでとうございます!

■正解はコチラ

3	4	6	5	8	2	1	9	7
8	9	1	6	3	7	4	2	5
7	2	5	1	4	9	3	6	8
6	7	9	8	5	1	2	4	3
2	1	8	4	9	3	5	7	6
4	5	3	2	7	6	9	8	1
5	6	4	9	1	8	7	3	2
1	3	2	7	6	4	8	5	9
9	8	7	3	2	5	6	1	4

こたえ 5 + 2 + 6 + 9 合計 22

3	6	9	5	8	2	4	1	7
8	4	1	6	3	7	5	2	9
7	2	5	1	4	9	3	6	8
6	9	7	8	5	1	2	4	3
2	1	8	4	9	3	7	5	6
4	5	3	2	7	6	9	8	1
5	7	4	9	1	8	6	3	2
1	3	2	7	6	4	8	9	5
9	8	6	3	2	5	1	7	4

こたえ 5 + 2 + 7 + 5 合計 19

「出題ミスのお詫び」
 今回、意図せず正解が二つ生じる紛らわしい問題となっており、皆さまにはご迷惑をおかけしたことをお詫び申し上げます。

編集後記

Skip!7・8月号では、夏休み企画「夢いっぱい」のクルマの絵を大募集いたします。組合員さんだけでなく組合員さんのお子さまもご応募いただけます。お子さまと一緒に、夢のクルマをデザインしてみませんか?初めての企画なので、どんな夢いっぱいのクルマの絵が届くのか楽しみです。みなさまのご応募お待ちしております。

当選者発表

おめでとうございます。

1	自販浜松支部	山下 史恵さん
2	自販浜松支部	山下 大輝さん
3	自販浜松支部	佐藤 明さん
4	自販浜松支部	清水 健太郎さん
5	自販浜松支部	川村 正哉さん
6	自販東海支部	山田 琢也さん
7	自販南信支部	上原 貴之さん
8	自販北陸支部	三田村 里美さん
9	自販滋賀支部	小森 大暉さん
10	自販滋賀支部	北村 麻衣さん
11	自販新潟支部	藤田 直人さん
12	自販新潟支部	大井 なつみさん
13	自販宮崎支部	甲斐 優子さん
14	自販広島支部	宗本 貴司さん
15	自販中部支部	白崎 信乃さん
16	自販中部支部	荻原 一志さん
17	自販中部支部	原 琴乃さん
18	自販中部支部	栗村 治輝さん
19	自販中部支部	牛田 翔也さん
20	自販中部支部	飯田 浩亮さん

労働相談ダイヤル

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

〒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. 71

■発行日/2018年7月10日 ■発行人/昇 宏樹 ■編集人/和田 真由奈
 ■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/和田 真由奈) Tel.(053)447-3230 Fax.(053)447-6648