

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.87

2020年3月1日発行 / 3月号

• INDEX •

余暇サポ・ご利用シミュレーション

活動ニュース

トピックス

2019年度 自動車総連・福祉カンパ車両寄贈レポート

「インスタ映え」にCHALLENGE!!

ろうきん・こくみん共済coop

お知らせ・Skip! cooking

着ボイス

Skip! BBS

MY BOOM



ホントに
お得なの？

余暇サポート・シミュレーション

日々の生活編

余暇サポ Simulation



スズキ販売労働組合の余暇サポート制度、通称「ふくり」。

皆さん、使っていますか？ えっ、ホントにお得なのかって？

…では、実際、日々の生活でどれだけお得になるのかシミュレーションで見てみましょう？

ご利用シミュレーション

「ふくり」ファン、増えています！

「ふくり」は、スズキ販売労働組合が昨年10月に導入した余暇サポート制度。組合員の登録者は、令和2年、1月末現在で1,700人を超えました。利用件数も日に日に増えています。これからも、暮らしや余暇でのさまざまなサービスを利用して、毎日をお得に楽しく豊かにしてください。

平日 | Weekday

必需品を買ってみる！

- スーツ 30,000円 → 通常特典で **27,000円(10%OFF)**
さらに商品券利用で **25,650円(5%OFF)** ← **4,350円** お得!!
一例 コナカ(申込No.5002899)
コナカ商品券(申込No.5036299)
- メガネ 21,000円 → **19,950円(5%OFF)** ← **1,050円** お得!!
- コンタクト 3,500円 → **3,325円(5%OFF)** ← **175円** お得!!
一例 眼鏡市場(申込No.5010018)



スーツやメガネを新調して
合計 **5,575円のお得!**

キレイを心がけてみる！

- 靴修理(ヒール修理、かかとのゴム交換) 3,200円
→ **2,880円(10%OFF)** ← **320円** お得!!
一例 靴修理のミスターミニット(申込No.5000541)
- ホテルSPA(スパヴィータチケットシルバー) 32,400円
→ **27,540円(15%OFF)** ← **4,860円** お得!!
一例 ホテルSPA&ウェルネス体験チケット(申込No.5036311)
- ヘアサロン カット料金(シャンプー・ブロー付) 3,000円
→ **2,500円** ← **500円** お得!!
一例 HAIR&MAKE EARTH(申込No.0050663)



身だしなみや気持ちが整って
合計 **5,680円のお得!**

自分を磨いてみる！

- 英会話スクール ← **0円** お得!! **48,345円のお得!!**
①入学金(高校生以上) 33,000円 → **無料**
②授業料 153,450円 → **138,105円(10%OFF)**
一例 英会話イーオン(申込No.5040367)
- スポーツクラブ利用券(13枚セット) 15,444円
→ **9,680円** ← **5,764円** お得!!
一例 【コード配信】スポーツクラブNAS施設利用券(申込No.5032128)
- 新聞 日経電子版12カ月(申込初月無料) 51,324円
→ **46,188円** ← **1カ月428円・12カ月で5,136円のお得!!**
一例 日経電子版12カ月パック(申込No.5032132)



自分らしさを深めて
合計 **59,245円のお得!**

仲間と息抜きしてみる！

- 居酒屋 飲食代(17時以降の利用) 4,500円
→ **3,825円(15%OFF)** ← **1,667円+68円で3,240円** お得!!
一例 響・鳥どり・咲くら 他
(ダイナックグループ)(申込No.5024369)
- カラオケ 室料(17時~20時入店) 3,480円
→ **1,740円(50%OFF)** ← **1,617円+68円で10,440円** お得!!
一例 カラオケJOYSOUND
直営店 新宿西口店
金曜日 3時間利用(申込No.7011860)



食べて飲んで歌って
合計 **13,680円のお得!**

「余暇サポ体験記」募集中!

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、お感など自由にお書きください。
- 投稿方法: QR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。



旅行やショッピング、お食事、暮らしのサービスなど何でも結構です。余暇サポートを利用して過ごした、あなたの体験をぜひお聞かせください。いただいた投稿については本誌「Skip!」に掲載し、全国組合員に余暇の過ごし方の参考として紹介させていただきます。

家族でお出かけしてみる!

●レンタカー 料金 11,000円 → **8,470円** ← 2,530円お徳!!

【一例】ニッポンレンタカー ワンデイスキップ S-Wクラス・カローラフィールダー(申込No.7012482)



●動物園 入園料 大人2名・子ども2名の合計 8,200円 → **7,000円** ← 1,600円×大人2名・子ども2名で 1,200円お徳!!

【高校生以上 2,700円 ▶▶▶ 2,400円 / 3歳~中学生 1,400円 ▶▶▶ 1,100円】

【一例】群馬サファリパーク(申込No.0010035)



●十石みそソフト 2名の合計 700円 → **600円** ← 1,650円×2名で 100円お徳!!

【1個 350円 ▶▶▶ 300円】

【一例】道の駅 上野 ※12~3月冬季休業(申込No.5000747)



●アドベンチャーコース 大人2名・子ども2名の合計 15,200円 → **14,000円** ← 1,600円×大人2名・子ども2名で 1,200円お徳!!

【一例】フォレストアドベンチャー[秩父](申込No.7014963)



●日帰り湯 入館料 大人2名の合計 1,760円 → **1,360円** ← 1,620円×大人2名で 400円お徳!!

【大人 土日祝 880円 ▶▶▶ 680円】

【一例】昭和レトロな温泉銭湯 玉川温泉(申込No.7025032)



●リフレッシュサロン 大人2名の合計 7,920円 → **5,940円*** ← 1,690円×大人2名で 1,980円お徳!!

【Re.Ra.Kuデジタルチケット3,960円 ▶▶▶ 2,970円*】*新価格を適用した場合

【一例】【コード配信】Re.Ra.Kuデジタルチケット(申込No.5043321)



あちこち巡ってみな満足で

合計 **7,410円のお徳!**

記念日を祝ってみる!

●記念写真 3,300円

→▶▶▶ 半額券利用で **1,650円(50%OFF)** ← 1,650円お徳!!

【一例】こども写真城 スタジオアリス(申込No.0049475)



●花束 4,500円 →▶▶▶ **4,050円(10%OFF)** ← 450円お徳!!

【一例】日比谷花壇(申込No.0048318)

●ハウスクリーニングギフトカード 19,000円

→▶▶▶ **16,500円** ← 2,500円お徳!!

【一例】おそうじ本舗ハウスクリーニングギフトカード



(申込No.7015306)

●ホテルレストラン 大人2名の合計 14,000円

→▶▶▶ **12,000円** ← 1,600円×大人2名で 2,000円お徳!!

【スーパーbuffe「グラスコート」のディナーbuffe(金土日祝) 7,000円 ▶▶▶ 6,000円】

【一例】京王プラザホテル 新宿(申込No.5003048)



ステキな1日を過ごせて

合計 **6,600円のお徳!**

いつものショップで使ってみる!

●クリーニング代 7,980円 →▶▶▶ **7,182円*(10%OFF)** ← 798円お徳!!

*クリーニング10点の料金(1点あたり798円が718円)

【一例】宅配クリーニング せんたく便(せんたく便10パック)(申込No.7017551)

●オンラインショッピング

〈訳あり・箱汚れ・缶つぶれ・お徳用〉伊藤園 純国産野菜160g×60缶 12,960円

→▶▶▶ **5,860円(54%OFF)** ← 最大 7,100円お徳!!

【一例】お買得ソクホウ(申込No.9005867)



PCやスマホから「福利厚生倶楽部・RELO CLUB」にログインして、会員限定ネットショッピング「お買得ソクホウ」をチェックしてみよう!

普段使いの商品が 驚り出し価格が見つかるかも!



日々の備えを準備して

合計 **7,898円のお徳!**

※利用金額はシミュレーションで、サービス・会員特典は一例です。詳細は会員専用サイト・2019年度ガイドブックでご確認ください。

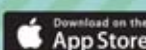
※サービス・料金等は予告なく追加変更廃止される場合があります。あらかじめご了承ください。※掲載画像はすべてイメージです。



ダウンロードしましたか?

昨年10月からズキ販売労働組合の「余暇サポート」制度がスタートしました。組合員全員に配布された「福利厚生倶楽部・RELO CLUB」の会員証はお手元に届きましたか? アプリをダウンロードして、どんどん活用してください。

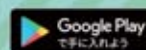
» iPhone



App Storeで検索



» Android



Google Playで検索



〈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・PCからも通話可能です。

活動NEWS

各支部の活動をご紹介します。



自販
東京支部

全員大満足のファンタジックな夜 豪華巨船で東京ナイトクルーズ



日頃は車の中から見ている平凡な夜景も、船上から眺めると幻想的な風景に早変わり。さらに、料理も、お肉に魚と盛りだくさん!! 夜景を楽しむ人も、食事を楽しむ人も大満足のひとときでした。

昨年開催した屋形船のレクリエーションでは、船のサイズの関係で2隻に分かれてしまい、組合員全員での交流とはいかなかったこともあり、今回は「何としても」ということで、ギリギリまで大型船確保に注力しました。反面、告知や案内では至らなかった点もありましたが、今回は参加者が一堂に会して乗船できて、組合員間の交流も進んだのではないのでしょうか。

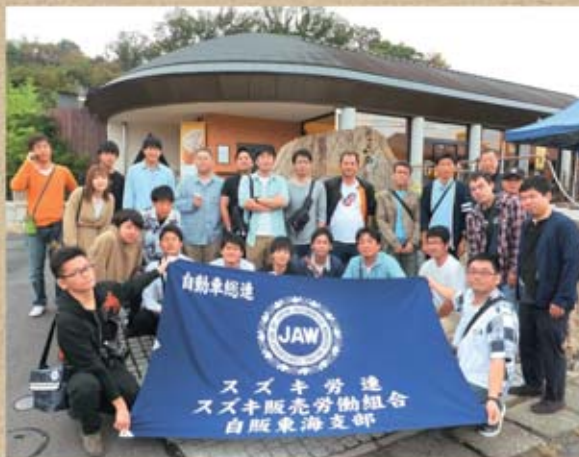
DATA

- 開催日 / 2019年8月20日(火)
19:00~21:30
- 場所 / 日の出桟橋(港区)
- 参加人数 / 167名



自販
東海支部

秋の味覚狩りで親睦を深めよう 信州りんご狩り日帰りツアー



道中、バスの中はカラオケ大会で大賑わい。有名和菓子店の恵那川上屋に着くと、栗を使ったスイーツを堪能したり、お土産を買ったりしました。昼食の「松茸をすき焼きにする」というなんとも贅沢な食べ方に、みんなの頬は緩みっぱなし。最後のりんご狩りでは、過去に7個食べて帰られた強者の話を聞き、チャレンジするも、お昼直後だったため3個が限界でした。スーパーのものとは違い、その場で狩って食べる、真っ赤に実ったりんごは本当にジューシーで甘く、とても美味しかったと好評でした。早い出発で1日がかかりのツアーとなりましたが、いろいろ楽しめたようで参加者からは次回を期待する声がありました。

DATA

- 開催日 / 2019年10月8日(火)
8:30~18:30
- 場所 / 恵那川上屋(岐阜県)・りんご農園(長野県)
- 参加人数 / 26名





綱引き。女性多数の紅組が
こそぞ作戦会議して白組に3戦全勝

王様ドッチボール。
王様も自分も守らねばならない
至難の業

愛のラケット便利レー。
愛が足りないのか？
あちこちで
風船がふわふわ...

自販
千葉支部

紅白戦で童心にかえった二日 第2回 大人の大会運動会



DATA

- 開催日 / 2019年10月8日(火)
10:30~14:30
- 場所 / 千葉公園スポーツ施設(千葉市)
- 参加人数 / 55名

借り人競走。
お題が意外と難しい。
でも、他の拠点の人との
交流ができました。

旅行と違って始終忙しい運動
会。初回の反省をふまえ、役員
全員で運営に注力(インカムも
導入)。おかげで参加者が閉会
前から筋肉痛
になるほど充
実した1日と
なりました。

しっば取り。懐かしい〜。
久しぶりにやってみたら
難度の高い競技でした。

玉入れさせない

「初めまして」でも
一緒に食べればお友達



自販
鳥取支部

少人数ならではのコミュニケーション 自然体験型施設で運動とBBQ

DATA

- 開催日 / 2019年8月10日
11:00~15:00
- 場所 / 森の国(西伯郡)
- 参加人数 / 30名

名峰大山の麓にある「森の国」
は西日本最大規模のフィールド
アスレチックを有する自然体験
型施設。この自然豊かな施設の
広場や遊具を利用して体を動
かし、昼食は鳥取県産のお肉を
使用したBBQを行いました。
今年も夏季休暇が長く、レクリ
エーション開催日にすでに予定
を組んでいた組合員が多かつた
り、開催案内が少し遅れたりし
たこともあって、参加人数はイ
マイチでしたが、少人数なりに
楽しく語らいながら美味しく
いっぱい食べて、のびのび運動で
きて、組合員もその家族も笑
顔で帰路につきました。





自販
西埼玉支部

職場を離れてリラックス 新組合員歓迎ボウリング大会



DATA

- 開催日 / 2019年10月23日(水)
19:00~20:30
- 場所 / B00-BOSS BOWL板戸店
(埼玉県板戸市)
- 参加人数 / 28名



みんな仲間だ



新組合員を迎え、組合役員と会社側幹部の方々にも参加していただき、ボウリング大会を実施しました。年代や立場が異なるメンバー構成でしたが、会社以外の場所でのリラックスしてゲームを楽しみながら、普段とは違う会話もでき、交流も深められたと思います。



自販
青森支部

笑いあり、悔し涙ありの交流戦 青森支部恒例！大ボウリング大会



DATA

- 開催日 / 2019年8月9日(金)
19:30~22:00
- 場所 / 青森ラウンドワン(青森市)
- 参加人数 / 112名

青森支部は、皆、ボウリング大好き(地域性か?)。なので、レクリエーションボウリング大会となっています。8月ともなれば、新人もキャラクターを發揮し出し、前回にも増して、笑いあり、悔し涙ありの大会となりました。順位を発表し、表彰を終えノーサイド。皆、仲良く帰っていききました。
今回、2019年で2回目の大会は、ちょうど、ねぶた祭時期と重なり、スケジュール調整に気を使いつつも、なんとか祭の準備と並行して行うことができました。レクリエーションは、他拠点どうしが集い、交流できる場。大切にしていきたいと思えます。





自販
福島支部

部活動、盛り上がってきました
フットサル部&バスケット部

- DATA①
- 開催日 / 2019年8月19日(月)
19:00~21:00
 - 場所 / 郡山市
 - 参加人数 / 22名

- DATA②
- 開催日 / 2019年10月28日(月)
19:00~21:00
 - 場所 / 本宮市総合体育館
 - 参加人数 / 23名



①フットサル部、初の練習試合
我が組合フットサル部は、立ち上げて活動2回目にして練習試合を開催することができました。この日は取引先との練習試合。当社の社長、取引先の支社長も応援に来ていただき、参加者みんなで楽しい時間を過ごせました。今後も定期的に開催したいという意見が多かったので、練習試合の2回戦を企画中です。

②バスケット部も、初の試合が実現
前回の練習試合開催に続いてフットサル部が第2回、バスケット部も初となる取引先との合同フットサル&バスケットの親善試合開催が実現しました。今回、両部の試合が同じ体育館で開催できたため、普段より人数が集まり楽しく過ごせました。しかし、まさかのバスケットゴール無しの体育館、今回は急ぎよ、自家製ゴールを用意しました。普段から練習ができていなかったバスケット部、今回、好評につき次回開催も、そう遠くはないと思います。



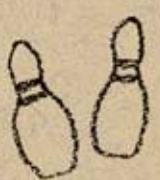
自販
富山支部

4年ぶりに開催で、みんな笑顔
第9回ボウリング大会



- DATA
- 開催日 / 2019年8月2日(金)
19:30~21:30
 - 場所 / 呉羽ノースランドボウル(富山市)
 - 参加人数 / 59名

河内文体部長からのルール説明と渡邊前委員長の始球式で大会スタート。
まず全体で2ゲームを行い、その後各拠点から選抜メンバーを選び、拠点対抗戦を実施しました。
2ゲーム合計点数で1位から3位、5位ごとに飛び賞、プービー賞、拠点1位賞を授与。賞品は各執行委員が独自でセレクトしたので、多彩なグッズが集まりました。新入社員11名の参加もあり、会話が弾んで、笑顔があふれていました。

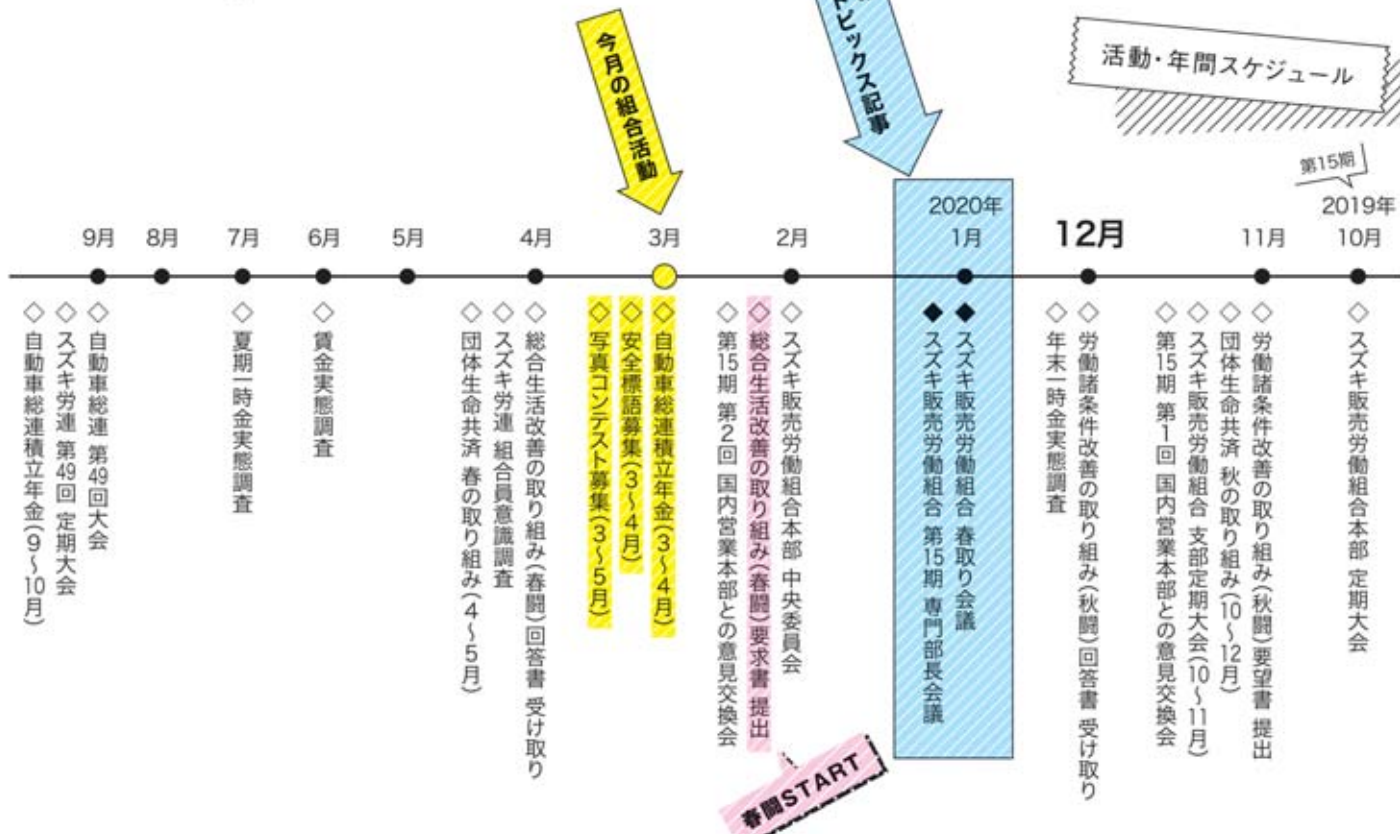




TOPICS

[スズキ販売労働組合 活動トピックス]

活動・年間スケジュール



組合活動ガイド 2020 春闘 ①

今年の「春の取り組み」の方針は？
スズキ販売労働組合 春取り会議を実施

1月22日、スズキ販売労働組合 全51支部の支部執行委員長、支部書記長が大阪に集合。まず、賃金制度について勉強会を実施し、理解を深めたうえで、私たちを取り巻く環境や会社の状況などを考え、春取り方針策定の討議をしました。

「春取り」は「春の取り組み」の略で、「春闘」ともいいます。「秋取り」が主に働く環境について会社と交渉するのに対し、春取りは主に賃金に関する内容になります。春取りのヤマは、労働組合から会社への要求書提出(2月17日~19日)です。今回は、その内容を検討する第一歩。皆さん、今後の動向に注目ください。

DATA

- 日時/2020年1月22日(火) 13:00~16:00
- 場所/新大阪丸ビル別館
- 参加者/支部執行委員長、支部書記長
- 内容/2020年 総合生活改善の取り組み(春の取り組み)方針(案)について



組合スぺシヤリストたちが、スキルアップ スズキ販売労働組合 第15期 専門部長会議

1月15日と22日、スズキ販売労働組合の全51支部それぞれに置かれている5つの専門部の内4部、「福祉対策部」「組織部」「賃金対策部」「文化・体育部」の各部長が大阪に集まり、専門部長会議が開催され、参加者のモチベーションや能力の向上と支部間の情報共有が図られました。

福祉対策部は「ろうきん」や「こくみん共済coop（全労済）」の意義や価値を組合員に理解してもらうこと、組織部は、組織強化の意味や支部組織体制を確立するために目指すべきこと、賃金対策部は、「働



DATA

- 日時／①2020年1月15日(水)9:00～15:30
②2020年1月22日(水)9:00～15:30
- 場所／①新大阪丸ビル別館
②新大阪丸ビル新館
- 参加者／各専門部長
- 内容／①福祉対策部長会議、組織部長会議
②賃金対策部長会議、文化・体育部長会議

き方改革」に関わる知識向上と目的意識の共有について、文化体育部は、活動の意義・目的やレクリエーションについて考え学びました。グループワークでは、事例研究や実際の活動を想定した課題に取り組みました。会議を終えた参加者からは「もっといろいろな事例を学びたい」「他支部の課題や活動状況を知り、参考になった」「早速、明日から実践したい」など好評で、次回の会議開催も期待されました。頼もしい労働組合のスぺシヤリストたちです。

組織部長会議



賃金対策部長会議



福祉対策部長会議



文体部長会議



2019年度
自動車総連・
福祉カンパ車両
寄贈レポート

皆さんの気持ち、 届けてきました。

自動車総連の主催で毎年、夏季に実施している「福祉カンパ」寄せられたお金は、「身体障がい者児施設」、「知的障がい者児施設」、「自立のための授産施設」などの施設に役立てられます。今回は、スズキ労連で総額6,278,763円(内スズキ販売労働組合では2,314,490円)が集まり、自動車が必要としている3つの施設にスズキ車を贈りました。これから、毎日、笑顔のせて活躍してくれることでしょう。

名古屋のまち中をスイスイと

訪れた私たちを、施設長はじめ、職員の皆さんが温かく迎えてくれました。「施設は人手も車も不足していて、通所や送迎が重なるで大変で、財政的にもリース車両に頼らざるを得なかった」ということでした。また、名古屋は交通網が充実しているとはいえ、施設のある住宅地では軽自動車为重宝するそうです。スズキならスイスイと行きますよ。



- 寄贈日/2020年1月14日(火)
- 寄贈先/老人福祉施設 社会福祉法人「なかまの家 大杉」(愛知県)
- 出席者/スズキ労連: 渡部事務局長、神谷副事務局長
スズキ販売労働組合 自販中部支部: 松井副支部執行委員長、田口さん
- 車種/スパーシア車いす移動車



大歓迎、お役に立ててうれしいです

施設利用者の多くが車いすを利用してされており、軽自動車の車いす移動車が、全く足りていなかったとのこと。また、大きなワゴン車タイプは所有しているものの、通院時などの単独外出には軽自動車のほうが便利なんだそうです。寄贈式には施設利用者や職員ほか多くの方に参列いただき、賑やかな式となりました。



- 寄贈日/2020年1月16日(木)
- 寄贈先/障がい者支援施設 社会福祉法人「しげのぶ清流園」(愛媛県)
- 出席者/スズキ労連: 渡部事務局長、神谷副事務局長
スズキ販売労働組合 自販松山支部: 橋本支部執行委員長
- 車種/スパーシア車いす移動車



富士のふもとで期待も大

施設は、富士山を望む大吊橋「三島スカイウォーク」が近接するステキな地域にあります。しかし、渋滞が起きると施設の車が不足することに頭を悩ませていたそうです。それだけに、車両の到着を大変楽しみに待たれていて、寄贈式当日は、あいにくの雨にもかかわらず、多くの施設利用者や職員の皆さんが私たちを歓迎してくれました。



- 寄贈日/2020年1月28日(火)
- 寄贈先/障がい者支援施設 社会福祉法人「見晴学園 そらいろ」(静岡県)
- 出席者/スズキ労連: 渡部事務局長、神谷副事務局長
スズキ販売労働組合 自販静岡支部: 山下副支部執行委員長
- 車種/ソリオG



前号に続いて、皆さんの「インスタ映え」をお助けする、撮影ヒント集の後編。
お出かけにイイ季節になりました。カメラを連れて映えにチャレンジ。



後編

映えHint ① 逆光にチャレンジ

同じ被写体でも、光のあたる方向や天候で見え方が変わってきます。
光を味方にすれば、写真は、より映えてきます。今回は、逆光にチャレンジしてみよう。

被写体が暗く
なってしまったときは...



DDD



Point

人物が暗くならないようカメラの「露出補正(明るさの調整)」をしてね。
スマホのカメラも露出補正機能がついてるよ。



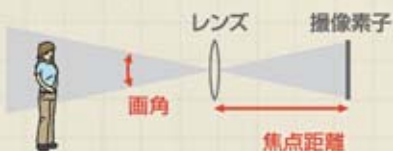
Point

動物は逆光撮影で毛並みやシルエットが際立ったりするよ。

逆光映えシーンは、あちこちにあるよ。見逃さないで!

映えHint ② ズームにチャレンジ

カメラのズーム機能を使っていますか?
同じ被写体でも、ズームレンズを广角側あるいは望遠側にして焦点距離を変えて撮影することで、写真の雰囲気が変わるんです。
「焦点距離」とはカメラ内のレンズと撮像素子またはフィルムまでの距離のこと。レンズに18~135mmなどと表記されています。
ズームを使って表現の幅を広げよう。



55~200mmの焦点距離幅を示すズームレンズ



ズーム广角側・25mm



ズーム望遠側・135mm

Point:被写体を同じ大きさで撮ってみる

レンズを广角側にした場合(左)、見える景色の範囲が広く、被写体も遠くなるので、被写体に近づいて撮影。それでも周りの景色が入ってきますね。次は、後ろに下がらつつ、望遠側にズームアップ(右)。被写体がクローズアップされ、背景もボケながら、ぐっと寄ってくる。スマホのカメラでも、同様の効果が得られる機種もあるよ。



映えHint ③ 背景にチャレンジ

表情のある壁や床、テーブルを利用したり、手作りでちょっと凝ってみたりして人物やオブジェを演出してみよう。
100均で手に入る背景用のペーパーや素材もあるよ。



コンテストに
チャレンジ!!

皆様からのご応募をお待ちしております。

第9回「スズキ労連みんなの写真コンテスト」作品募集

- ①募集期間：2020年3月2日(月)~5月15日(金)
- ②テーマ：「令和初」
サブテーマ：「家族」「趣味」「青春」「風景」「スズキ」
- ③募集部門：①コンテスト部門 ②スナップ写真部門
- ④募集点数：1人1点(両部門への応募は不可)
- ⑤応募写真：カメラの種類は問いません(携帯カメラでも可能)
- ⑥応募資格：スズキ販売労働組合 組合員に限る
- ⑦応募方法：①写真+応募用紙
②QRコード
*パスワード【saw2020】

※作品募集の詳細につきましては、募集ピラをご確認いただくか、お近くの支部執行委員までお問い合わせ下さい

QRコード応募用

<http://saw.gogo.tc/>



けっこう使える!

ろうきんの キャッシュカード

ろうきん

〈ろうきん〉のキャッシュカードは、全国の〈ろうきん〉はもちろん、
コンビニのATMでも **引出し手数料 0円** で利用できます!



※1 19:00～翌7:00のお引出しは一旦手数料がかかりますが、即時キャッシュバックします。(一部ろうきんを除きます。詳細はお取引の〈ろうきん〉にご確認ください)
※2 お引出しした場合、一旦所定の手数料がかかりますが、即時キャッシュバックします。(一部ろうきんを除きます。詳細はお取引の〈ろうきん〉にご確認ください)

さらに

全国のMICS加盟金融機関(銀行・信用金庫等)のATMも使えて、
ATMの引出し手数料を即時 **キャッシュバック!**

※3 本サービスは一部〈ろうきん〉では行っておりません。詳細はお取引の〈ろうきん〉にご確認ください。

詳しくは、
お近くの
〈ろうきん〉まで
お問い合わせ
ください。



「ATM引出し手数料」って一回につき110円、220円とかもったいない!

〈ろうきん〉のキャッシュカードを使って、 **身近なところから節約** しませんか?

スズキ販売労働組合



こくみん共済〈全労済〉
coop

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

春の新規加入 の受付中!

スズキ販売労働組合の組合員とご家族がご利用できる制度です!

ポイント 1

**手頃な掛金で
しっかり保障!**

月々の掛金1,260円から加入できます。(30口病気死亡300万円・病気入院3,000円/日など)

ポイント 2

**年齢による掛金の
更新はありません!**

組合員であれば年齢・性別にかかわらず掛金は同じです。

ポイント 3

**剰余があれば
割り戻し金として
お戻しします。**

2018年度は
36.97%

●詳しくは、お近くの支部執行委員またはこくみん共済 coop〈全労済〉担当者までお問い合わせください。●詳細はリーフレットをご覧ください。

こくみん共済 coop

2020年度自動車総連共済制度 「積立年金」「医療共済」春募集

公的な医療保険や年金に不安はありませんか？
私たちの未来は自らの手で。
組合員による組合員のための自動車総連の
共済制度・春募集がスタート。
お見逃しなく。

取り組み期間	新規加入の申込み 2020年3月上旬～4月13日(月) 口数変更の申込み 2020年3月上旬～4月20日(月) ※加入日は2020年8月1日(初回口座引き落とし:2020年7月27日)	募集対象者	全組合員
--------	--	-------	------

※商品の内容等、詳細につきましては、チラシをご確認いただくか、お近くの支部執行委員までお問い合わせ下さい。

「2020年度 スズキ労連 安全標語」作品募集

事故のない社会は、みんなの願い。日頃から皆さんが感じている安全への思いや考えを、言葉にしてみませんか。キレイやチカラのある標語をお待ちしています。

- ① 募集期間：2020年3月9日(月)～4月10日(金)
- ② 募集内容：①労働災害防止のための安全標語
②通勤時等交通事故防止のための安全標語
※未発表のオリジナル作品に限る
- ③ 募集点数：1人につき上記①②のいずれか1点
- ④ 応募資格：スズキ販売労働組合 組合員に限る
- ⑤ 表彰：労連賞および販労賞
※応募者全員に参加賞を差し上げます
- ⑥ 応募先：各支部の担当、
またはお近くの支部執行委員まで

※作品募集の詳細につきましては、募集ピラをご確認いただくか、お近くの支部執行委員までお問い合わせ下さい。

皆様からのご応募を
お待ちしております。



skip! cooking 3月

もう一品…に役立つレシピをご紹介します。



材料(10個分)

- 米……………70g
- しそふりかけ……………大1
- 豚ミンチ……………150g
- 塩……………小1/6
- 玉ねぎ……………100g
- 片栗粉……………大1
- A | しょうゆ……………大1/2
- しょうが汁・酒各……………小1/2
- ごま油……………小1/2
- こしょう……………少々
- 青しその葉……………5枚
- 辛子しょうゆ……………お好みで

作り方

1. 米は洗ってかぶる位の水に15分程つけてザルに上げ、シソふりかけを混ぜ合わせます。
2. 玉ねぎはみじん切りにし、片栗粉をまぶしておきます。
3. 袋(又はボウル)にミンチ、塩を入れて粘りが出るまでしっかり混ぜ、Aを加えさらに混ぜます。
4. ③に②を加えて優しく混ぜ、10等分に丸めて①を表面につけます。



ポイント

- ★ 混ぜる前に玉ねぎに片栗粉をまぶしておく事でミンチとまとまりやすくなります
- ★ しそが苦手な方はふりかけを入れずに白く仕上げてもOK
- ★ 冷めても美味しいのでお弁当におススメです!

5. 蒸気が上がった蒸し器で④を8分程蒸し、半分に切った青しそを巻いて仕上げます。



桜もち風しゅうまい

<調理時間20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。

Best 5

Answer

Question

『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

1位 12票 掃除機

…変わらぬ吸引力・ゴミが見えて捨てるのも楽ちんのサイクロン系／吸い込み強力な紙パック系／値段も性能も高い・掃除おまかせ・共働きには大助かりのロボット系

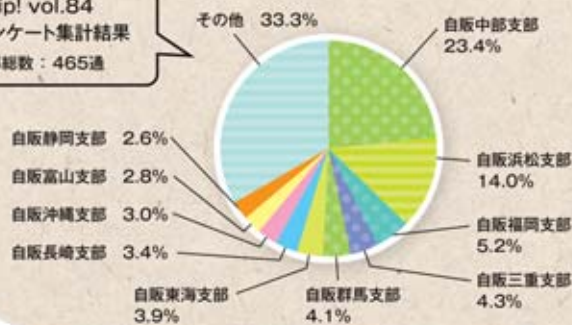
便利機能・優れた性能で、皆さんの暮らしを楽しく豊かにしているのがすごいですね。

あなたがお気に入りの家電製品の「すごいところ」は？

※vol.83
※回答総数：103件



Skip! vol.84
アンケート集計結果
応募総数：465通



2位 6票 スマートフォン

…何でもできて常に進化中

3位 3票 食器洗い乾燥機

…共働きの味方／心に余裕／もはや神

4位 3票 洗濯機

…外出時にスタート、帰宅すると完了している／指一本、洗剤の量まで自動／喋るんです

5位 3票 エアコン

…必需品／3時間経つと自動停止で安心／監視機能つき

6位 3票 冷蔵庫

…ラップなしで野菜をしまえる／真っ赤なポテトに黒のサイドパネル！家中で一番ひかり輝く存在／ステキなビール置場

7位 3票 衣類乾燥機

…厚手のタオルも芯からふっくら、梅雨もこわくない

8位 3票 テレビ

…高性能、チューブも観られる／ゲーム用大画面

9位 3票 プロ仕様ホシザキ製品

…電解水生成装置でおいしいお水／1日で20kgの水ができる製氷機1M20CL／食器洗いわずか2分の洗浄機／プラスチックライで熱い食材が一瞬で冷凍／万能調理器スチームコンベクションオーブン

10位 3票 炊飯器

…自分好みの炊き方設定、真空状態保存／おこげが作れる／おいしさはガスが1番

11位 3票 洗剤

…外出時にスタート、帰宅すると完了している／指一本、洗剤の量まで自動／喋るんです

12位 3票 掃除機

…変わらぬ吸引力・ゴミが見えて捨てるのも楽ちんのサイクロン系／吸い込み強力な紙パック系／値段も性能も高い・掃除おまかせ・共働きには大助かりのロボット系

13位 3票 食器洗い乾燥機

…共働きの味方／心に余裕／もはや神

14位 3票 洗濯機

…外出時にスタート、帰宅すると完了している／指一本、洗剤の量まで自動／喋るんです

15位 3票 エアコン

…必需品／3時間経つと自動停止で安心／監視機能つき

16位 3票 冷蔵庫

…ラップなしで野菜をしまえる／真っ赤なポテトに黒のサイドパネル！家中で一番ひかり輝く存在／ステキなビール置場

17位 3票 衣類乾燥機

…厚手のタオルも芯からふっくら、梅雨もこわくない

18位 3票 テレビ

…高性能、チューブも観られる／ゲーム用大画面

19位 3票 プロ仕様ホシザキ製品

…電解水生成装置でおいしいお水／1日で20kgの水ができる製氷機1M20CL／食器洗いわずか2分の洗浄機／プラスチックライで熱い食材が一瞬で冷凍／万能調理器スチームコンベクションオーブン

20位 3票 炊飯器

…自分好みの炊き方設定、真空状態保存／おこげが作れる／おいしさはガスが1番

「鬼がらし 江侯店」
納豆らーめん(みそ味)大辛 780円(税込)
納豆好きにはたまらない一品で、美味しく食べられるギリギリの辛さです！(ノン辛もありますよ！)

「めん僮楽」
うま辛味噌らあめん 830円(税込)
めん僮楽さん一番人気メニューで、汗かくけど夏場でも食べたい一品です。

「キッチンラーメン濱」
しょうゆラーメン 650円(税込)
鶏ガラのみでダシをとって、しっかり旨味があるスープのあっさり中華。

「麺屋 雪国」
辛みそチャーシューめん 1,130円(税込)(写真:上)
大吟醸酒かすラーメン 930円(税込)(写真:下)
山形県小国町のこだわりのラーメン屋さん。辛みそチャーシューめんは、プラス味玉(紅花たまご)100円(税込)。山形県米沢産の豚チャーシュー、地元小国味噌を使った辛みそ、麺は北海道西山製麺から直送仕入れとのことです。チャーシューの食感と味付け最高でしたね〜。大吟醸酒かすラーメンは、みそラーメンベースで高級日本酒の酒かすを使って、独特のコクのあるスープで美味しいです。春から夏までの期間限定の一品です。

長く、ゆるい
おいしいもの巡り
自版山形支部
高橋 淳さん

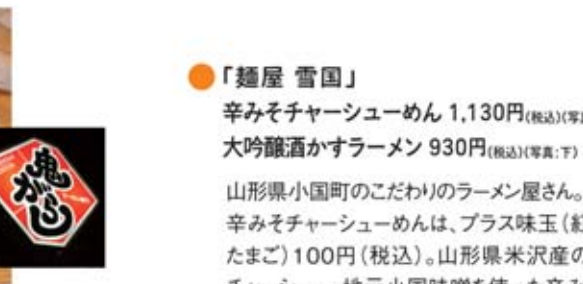
日々寄せられる組合員の皆さんからの面白レポで成り立つこのコーナー。その中でも最多の投稿数を誇る高橋淳さん。好奇心旺盛で「歩み込んだ姿勢」に「ミスター着ボイス」とさざやかれているとか、久々の高橋さん特集です。

MY BOOM
食べ歩き編

「鬼がらし 江侯店」
納豆らーめん(みそ味)大辛 780円(税込)
納豆好きにはたまらない一品で、美味しく食べられるギリギリの辛さです！(ノン辛もありますよ！)

「めん僮楽」
うま辛味噌らあめん 830円(税込)
めん僮楽さん一番人気メニューで、汗かくけど夏場でも食べたい一品です。

「キッチンラーメン濱」
しょうゆラーメン 650円(税込)
鶏ガラのみでダシをとって、しっかり旨味があるスープのあっさり中華。



電気ケトル

…CM通り、あつという間にお湯が沸く

スチーマー

…スーツのシワとりに助かっている

ヘルシオホットクック

…なんでも料理できる水なし自動調理鍋

電子レンジ

…万能

ドライヤー

…肌までもキレイに／乾かした後、髪がサラサラ

他にもあります。いろいろ電化製品

レーザー脱毛機

…脱毛サロンのレーザー脱毛が自宅でできる

カメラ

…画質が綺麗

Neubiaのプロジェクター

…狭い部屋でも壁に大画面を作れる

アロマディフューザー

…アロマオイルで安眠、目覚めスッキリ

トースター

…フワカリ

ヘルシオグリエ

…スチームで惣菜やパンがおいしく焼きあがるウオーターオープン専用機

ヨーグルトメーカー

…R1が安価で量産できて、甘酒や塩糰もつくれる

ブラスマクラスター

…マックのにおいもとれるスクレモノ

…料理の選択技が増える

空気清浄機

…アロマ機能と時間で変わるライト

精米機

…上白米、胚芽米、分つきなどお好み精米可能。精米後の炊きたてご飯は最高

布団乾燥機

…フカフカ、ぬくぬく

パソコン

…速くなった

カラープリンター

…携帯からデータとばして印刷、パソコン要らず

炭酸水メーカー

…水、ジュースがお安く炭酸水に

ガスコンロ

…温度調節タイマー付

除湿機

…雨の日の室内干しに

プレステ4

…ゲーム機とは思えない高画質

丸ノコ

…切れ味が良い

ワイヤレススピーカー

…ペットボトルサイズで重低音

LEDライト

…アイリスオーヤマとにかく安い

Aースピーカー

…OK、グー、〇〇

ブルートゥースイヤーホン

…A-1の進歩を感じる

蚊取り機能付の空気清浄機

ハンディカム

SWITCH(NINTENDO)なし(15票)

…家電オンチ、誰か教えて！／便利そうと買っても使いこなせていない

「フルッティア」
ぶどう食べ比べパフェ
780円(税別)

長野パープルとシャインマスカットが盛られたフルーツパフェです〜美味かった！(期間限定商品)良い値段しますが、どのメニュー頼んでも美味しいので、コスパは良いと思う店です。詳しくはGoogleマップで「フルッティア」さん、検索して見てもらえると、口コミと写真多数載せてます。
〒994-0033 山形県天童市三日町1丁目4-2



「みづき庵」
冷たい肉そば大盛
850円(税込)

山形名物の「冷たい肉そば」で、赤湯ラーメンで有名な南陽市では珍しい蕎麦メインのお店です。夏場はほとんどのお客さんが「冷たい肉そば」を注文するそうです。



「山形の肉そば屋」
冷たい肉そば
大盛(1.5倍) 870円(税込)

山形名物の「冷たい肉そば」です。鶏肉です。

*金額表記につきましては、消費税改定前の金額の場合もあります。参考価格にしてください。

開催まで、あと4か月

東京 2020 オリンピック
Countdown 6

今回は聖火リレーについての小ネタ。
ギリシャのアテネから日本にやってくる聖火は、3月26日から121日をかけ、トーチリレーで日本全国47都道府県を巡り、最後は、東京の聖火台に点火されます。

Quiz

Q1. 聖火トーチと聖火台を燃やす燃料は何？
①アルコール ②ガス ③灯油 ④水素

Q2. 聖火リレー中、トーチの火が消えたらどうする？
Q3. 聖火リレーランナー1人が走る距離は？
①100m ②200m ③400m

Q1. A1. ②ガス…LPガスです。聖火リレーのトーチはカセットコンロと同じようなものになっています。しかし、今回の東京大会のトーチについては、福島県、愛知県、東京都の1部のルートで水素燃料を使う計画です。聖火台は100%水素を燃料とする計画で、実現すれば大会史上初の試みとなります。
A2. 火種(予備)を載せた自動車(予備)が走者に伴走しています。もちろん、この予備もギリシャで太陽光を集めて採った正式な聖火。また、リレーのコース以外の移動は、聖火を専用のランタンに格納し、自動車では運ばれます。
A3. ②…ランナー1名あたりの走行距離は約200mで、走行時間は約2分間、原則1人で走行します(一部グループ走行あり)。総数約1万人のランナーは、各都道府県やスポンサー、オリンピック委員会の募集枠、推薦枠で選ばれた人たち。全コースの日程とルートは公表されていますので、誰もが歴史の目撃者になれるチャンスがあります。

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!

しりとり3文字熟語の輪

締切 / **4月10日(金)**

スタートのマスから「三文字熟語のしりとり」になるように、リストの漢字を入れてください。使われないで残った二文字でできる言葉が答えです。

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にお渡しいただき、ご応募ください。

こたえ

問題

スタート →

桃	源		土		無	
蜜	文字リスト					球
	地 炭 花 水					
酸	色 備 理 郷					面
	人 束 魚 長					
長	下					料
	準		靴		事	

「Skip! vol.84」のクロスワードパズルの正解・当選者発表

11月に発行しました「Skip! vol.84」のクロスワードパズルに465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461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

こたえ

コ	ブ	タ		ヒ	ヨ	コ
ウ		フ	ラ	ダ	ン	ス
タ	ビ		バ	リ		モ
ロ	ン	ド	ン		イ	ス
ウ		リ		ハ	タ	
		シ	ル	バ	ー	キ
ウ	タ			ス	ト	レ
						ス

当選者発表

おめでとうございます。

1	自版青森支部	佐々木 優介 さん
2	自版群馬支部	戸田 ひろみ さん
3	自版千葉支部	坂本 匠 さん
4	自版静岡支部	中澤 圭 さん
5	自版静岡支部	内野 直美 さん
6	自版浜松支部	松井 隆彦 さん
7	自版浜松支部	加藤 好之 さん
8	自版浜松支部	小橋 小織 さん
9	自版浜松支部	三浦 汎志 さん
10	自版東海支部	佐藤 貴太 さん
11	自版中部支部	深谷 勇樹 さん
12	自版中部支部	岸 奈緒美 さん
13	自版中部支部	小島 一輝 さん
14	自版三重支部	森崎 克典 さん
15	自版三重支部	世古 祐規 さん
16	自版長野支部	中野 湧斗 さん
17	自版南信支部	矢倉澤 宏希 さん
18	自版福岡支部	小田 和男 さん
19	自版宮崎支部	柏木 貴宏 さん
20	自版沖縄支部	高橋 健太 さん

編集後記

毎年花粉症で悩むこの季節。今年はいつもより花粉が少なくホッとしていますが、新型コロナウイルスの猛威が恐ろしい。先日旅行へ行ったのですが、観光客の少なさに影響力の大きさを感じました。そんな旅先で、余暇サボを利用してレンタカーや施設の入園料がお得に♡旅先で検索してみると意外と利用できるサービスありました!お得に楽しめるとさらに嬉しいですね!

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ホームページ <http://sdunion.jp> パスワード: skip

スズキ販売労働組合 Skip! [スキップ] vol. 87

■発行日/2020年3月1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