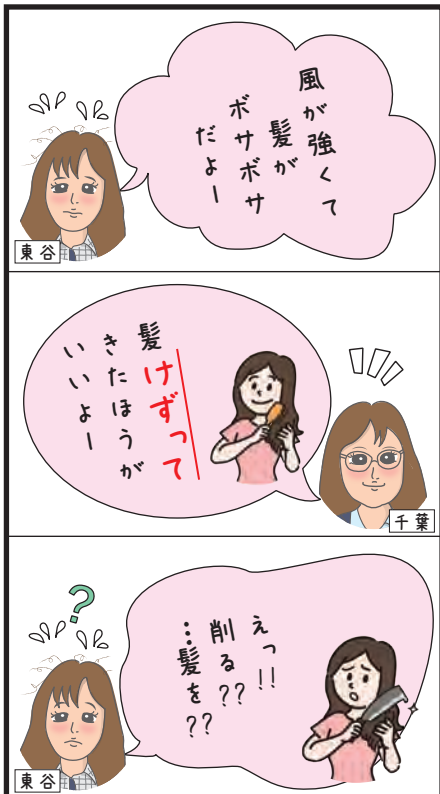




会報 ハピネス

方言とは知らずに使っていませんか？

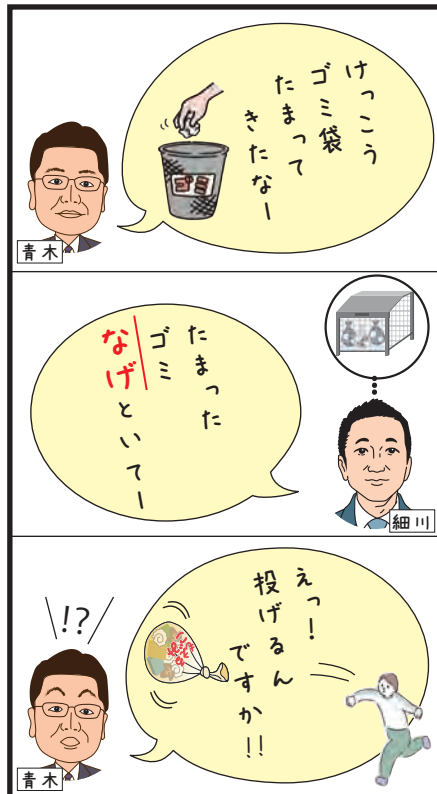
①髪をけずる編



(意味：髪をとかすこと)

恐ろしい光景を想像していますね。

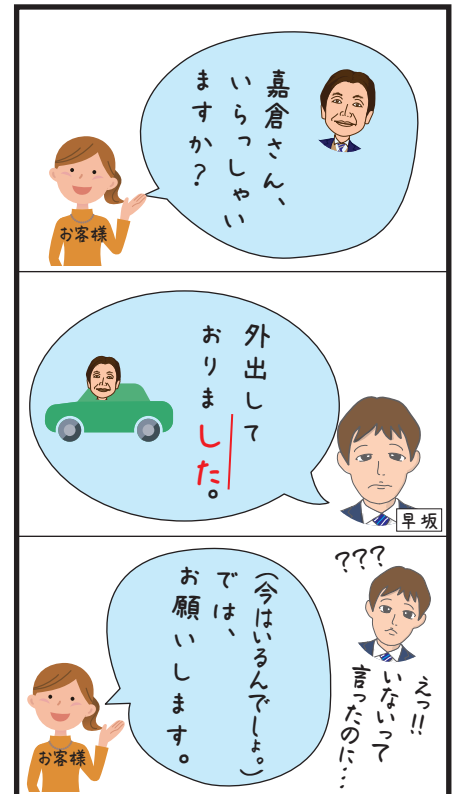
②ゴミをなげる編



(意味：ゴミを捨てること)

東北・北海道で広く使われるようです。

③過去形で話す編



(意味：○○しています)

過去形の話し言葉、実は現在進行中を意味します。

ぺっこぱり（少しだけ）紹介しましたが、皆さんからの情報もお待ちしています。🐻

会員団体紹介⑦

今回ご紹介するのは、

盛岡三八五通運労働組合様です。

書記長の大瀧望さんにお話を伺いました。

●組合活動について

当組合は、トラック部門とコンテナ部門からなり、人と物を結ぶ重要な役割を担っている組合です。組合員数は岩手・秋田・宮城合わせて116名で、小型・中型・大型と様々なトラックを有し、飲料・食品・薬品など多岐にわたる商品を運搬しております。

社会情勢は厳しい中ではありますが、上部団体と共に組合員が安心して働くことのできる職場づくり・他職業との格差是正を目指して邁進いたします。

●「医療共済ハピネス」の取り組みについて

医療共済ハピネスは、必要な分だけ保障を増口することで、組合員のライフプランに合った内容にすることが出来るため大変好評です。また、入院期間が短く、通院が多くなっている昨今、退院後の通院を保障する通院契約をご紹介いただき、組合として新たに締結させていただくことが出来ました。



盛岡三八五通運労働組合
所在地：矢巾町流通センター南2丁目4-13
執行委員長：高橋 竜一様
組合員：116名



T・Nさん (奥州市)

本当に月日が過ぎるのは早いものです。今年は後期高齢者になりますが現在楽しんでるパークゴルフに励み、各種大会の上位を目標に頑張り、健康維持に努めたいですね。

【広報室】パークゴルフは昭和58年北海道幕別町が発祥で、3世代交流の生涯スポーツとして人気があり健康増進効果もあるそうです。運動不足解消のために始めてみようかな？ (東倉)

M・Kさん (釜石市)

なんだりかんだりを読んで「そつだ、そつだ」と共感することが多いです。家の中は床暖が入っているのですが、今のところは快適に過ごしています。家の周りに次々と家が建っています。周りにはみんな津波で家が流れた人達なので、家が増えるとい人暮らしなのでほんとに安心していきます。

【広報室】私も毎回皆さんからの便りが楽しみです。元通りとはいかなくても、ご近所がいて人の気配を感じられたり、夜には家に明かりが灯ったりするだけで安心感がありますよね。 (千葉)

T・Kさん (奥州市)

会員団体紹介で、水沢米菓のプロフィールを読み「せんや」の煎餅のこだわりが、長年愛されるんですね。お客様セールの時、焼き方体験等、家族で行きお得に購入したりしました。風味が良くとてもおいしいです。同じ胆沢で米作りもしているのうれしかったです。

【広報室】岩手のお米を使い、職人さんが丁寧に焼き上げたこだわりのお煎餅。オンラインショップでの購入もおススメですよ。ぜひ一度ご賞味ください！ (青木)

M・Kさん (盛岡市)

66歳になったときに体力に不安を感じて、自宅で筋トレを始めました。もう4年目になりました。お陰で昔のズボンもはけるようになりました。ムキムキではありませんが、締まった体になり、お金もかからず、結果も自分で感じる事ができておススメです。

【広報室】回数を減らしても続けたほうがいいですよ。「スポンはける」は自分でも分かりやすい目安ですよ。私は最近「スポンきつい」になってきました。 (早坂)

お便りありがとうございました。掲載された方へ、ハピネス共済会オリジナルグッズを差し上げます。広報室では皆さんからの「なんだりかんだり」をお待ちしています。



🎁 クイズで読者プレゼント!

抽選で5名様に当たる!

岩手の方言満載「わらしゃんらんど」
かるたまたはトランプ

【問題】

ハピネス探検隊が訪れた
御所野遺跡は〇〇遺産。

【応募方法】

必要事項をご記入の上、ハガキ・FAX・
Eメールでご応募ください。

- ①クイズの答え
- ②住所・氏名・年齢・電話番号・職業
- ③本紙の感想やご意見等
- ④希望商品「かるた」または「トランプ」

【応募先】

〒020-0821 盛岡市山王町10番6号
ハピネス共済会「クイズでプレゼント」係
Eメール: quiz@happiness.or.jp FAX: 019-654-7262
【締切り】2023年3月30日(木) 必着

※当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。

かるた



または
トランプ



健康 アラカルト ⑩

コロナ禍で、マスクの下に
隠れた笑顔のパワー
鈍っていませんか?

笑いがもたらす
健康効果

驚くことに、健康な人の体にも1日3000～5000個もの
がん細胞が生まれているそうです。

それらのがん細胞や体内に侵入するウイルスなど、体に
悪影響をおよぼす物質を退治しているのが、リンパ球の一種
である「ナチュラルキラー細胞(NK細胞)」です。

笑うことにより、体の中をパトロールしているNK細胞が活性化し、
がん細胞や異常のある細胞を発見して素早く攻撃してくれています。

笑うと免疫力が高まるだけでなく、体にさまざまな効果をもたらして
くれます。

例えば、笑っている時は脳もリラックスしてたくさんの酸素を取り
込むことができ、脳の働きが活性化したり、心がリラックスするので
自律神経のバランスが整います。そのほかに、腹筋や表情筋などの筋
肉がよく動くため、筋力アップにつながります。

笑いのネタを探すことも楽しみながら、毎日の生活に笑いを取り入
れて健やかに過ごしましょう!



編集後記

卒業・入学などで新生活が
始まる季節。

文句も言わず「茶色弁当」
を食べてくれた息子の弁当作
りは卒業し、文句娘の「彩り
弁当」作りが始まります(笑)
さあ皆さん、今日も笑って
頑張りましょう!

ハックルの 川柳コーナー



リビングで
家族みんなが
スマホ見て



テレビはついてるけど、
見るのはスマホ。
これが今どきの家族団らん!?



世界遺産に登録された一戸町
の御所野遺跡。入口の「きき
きのつりはし」をぬけると、
縄文の世界へタイムスリップ
できますよ!

ハピネス探検隊

