

No. 1865
2020 - 2 - 10

毎週月曜日出行

みよし民商ニュース

発行 三次民商共済会
〒728-0013 三次市十日市東3-10-1
TEL 0824-62-1654
FAX 0824-62-1654
http://www.tiki.ne.jp/~misyosai
misyosai@tiki.ne.jp

自分で尿検査。結果に悲喜こもごも！

共済会主催・健康サポーター養成講座第2回



1月16日に三次民商共済会は、『健康サポーター養成講座』の第2講義を行い、11名が参加しました。今回の内容は「血液と尿」です。まず、血液の話をして訪問看護ステーションのかわの古本さんに講義してもらい、



血圧計で実際に測りながら学びました。尿については講座が始まる前に尿を採取し、ウロペーパーを浸して判定していきました。これでわかるのはタンパク質・ブドウ糖・pH・潜血です。次にソルトペーパーを浸し、塩分を測定。結果をみながら、自分の悪い所の改善方法を医療生協の方に学びました。

参加者から「自分の健康、身体について知る意味でも大いにタメになりますね。専門のスタッフが楽しく勉強させてくれますよ。共済役員だけではもったいないですよ。皆参加しましょう」と感想を。

次回は2月20日(木)6時半

三次民商事務所

内容『運動について・実践「ストレッチ」』

大腸がん健診は2月10日までです。

※申し込まれた方は、必ず2月10までに送付をしてください。



血圧を測ります

婦人部恒例みそづくり

毎年、婦人部が行っているみそづくり。今年も1月31日から3日間かけて、のべ13名が参加して行いました。7年目ともなると手際良くなり、3日目の仕込みは半日で終了。20kgの大豆から76kgの添加物無しの手作りみそができました。話はずいぶん早くなり、お集りそづくりになり、お集



子をつまみながら女子会は居ませんでした。



20日・大豆を炊きます 3日・みそを仕込みます

ここで尿検査クイズをやってみよう！
イエスカノーで答えましょう。

クイズ①

腎臓の重さは、一つ50グラム(卵1個)のサイズと同じくらいほどである。

クイズ②

おしっここの原料は血液である。

クイズ③

健康な人のおしっこは無菌である。

クイズ④

おしっこがたどる尿路は、腎臓→尿道→膀胱→尿管の順に構成される。

クイズ⑤

摂取した水分がおしっことして外に出るまでに、およそ12時間以上かかる。

クイズ⑥

1日に出るおしっこの量が1リットル以上だと、多尿と呼ばれる。

クイズ⑦

激しく運動すると尿に血が混じることがある。

クイズ⑧

健康なおしっこは弱アルカリ性である。

答えは班会で！

1人の会員が1人の読者を増やしましょう。

次
FAX(0824) 62-3535
(0824) 62-1654

●『一人はみんなのために、みんなは一人のために』力を合わせて商売とくらしを守りましょう。

確定申告へまっしぐら！

簿記学校第3回

婦人部主催の簿記学校も3回目に(2月3日)。売掛、買掛などについて学習をしました。

日ごとに参加者は増えて行きます。特に屋の部は21名の参加で会場もいっぱい。一言一句聞き落とさないと必死に勉強していました。



税金相談員学習会

毎年、税対部が行っている税金相談員学習会。書き込み班会をスムーズにするため、また自分の申告を勉強するためにも役立っています。

三次では2月23日、昼と夜に行い、10人が参加、高田では1月31日に行い、3名が参加しました。



植野税対部長より、「3・13集団申告に向けて一丸となってがんばりましょう！」と激励をし、役員中心に今年変更になった点や計算方法を学びました。

DM作戦で相談者が来訪し入会につながりました！ まだまだ困っている業者はいるので声かけを！

①消費増税反対運動

署名を2000筆、行動会員50%を目標(3・13まで)

②春の組織拡大・宣伝行動

1、会員全員に拡大宣伝グッズ(ティッシュ箱・パンフ等)を配布しますので、拡大宣伝行動に使ってください。

2、班会などで『紹介カード』を書き、会員・読者を増やしましょう！

③春の運動財政

今年度は2月と3月に2,000円ずつ計4,000円を運動会費としていただきます。(領収書に印字されます)

④書き込み班会

はじめに春の運動DVDを鑑賞。班会時間は基本2時間。税金相談員を募集。黄色いジャンパーが目印。

⑤なんでも相談会

3月3日(火)～9日(月) 10時～17時・三次民商事務所

2月10日までに 署名を集めましょう！

2月12日に『全国中小業者決起大会』が行われます。三次民商からも代表を派遣し、皆さんが託した署名を国会へ持っていく予定です。2月10日まで



に民商に署名を持ってきてください。署名は民商事務所に置いてあります。

事務所へ来所される方へ

◎三次民商事務所、高田事務所へ来所される際は必ず予約を取ってから来てください。(予約の無い方は相談をお断りする場合があります)

◎1月～3月からの日曜日は、拡大行動日、なんでも相談会などに出ますので、事務所を閉所します。

◎夜6時以降の事前予約のない相談は受け付けておりません。

1人の会員が1人の読者を増やしましょう。

TEL (0824) 62-3535
FAX (0824) 62-1654