

垂水支部版

6月号

電話 (078) 705-2048  
FAX (078) 709-0134

支部組織数  
5月末現在  
1041人

# 建設ひょうご

発行所  
〒652-0802 神戸市兵庫区水木通5丁目2-9  
兵庫県土建一般労働組合  
TEL 078 (576) 6721(代)  
FAX 078 (576) 6726  
編集人 教官部長  
(釜友勇)  
(組合員の購読料は組合費に含まれています)

## 事務所だより

### 新加入の皆さん

対象期間

[H18/05/09] - [H18/06/08]

橋口 一彦	サッシ工
鈴木 栄一	現場監理
梅崎 俊行	大工
大上 晃良	大工
葛本 一喜	大工
中西 賢一朗	造園工
松尾 弘明	塗装工
奥谷 武	土工

\*\*合計\*\* 8人

## 要請ハガキ

お願いします

## 国保特別助成増額

## 確保ハガキ要請行動

## 満額確保

## がんばロー!

## 健康教室

54名出席

ありがとうございます

# 垂水支部第57回定期総会

とき・平成18年7月2日(日)

ところ・舞子ビラ

じかん・午前9時30分より

- 支部総会は代議員制です。
- 各分会代表者の方は必ず出席しましょう。
- 分会で話し合った意見・要望等をまとめて、分会代表者にたくしましょう。



お酒で忘れます

9分会  
分会長 鳴川 保

短い間ではありましたが、9分会の皆様、支部幹事の皆様、いろいろとご指導ありがとうございました。

当初、9分会が設立された時、初代分会長の堂本さんより、「本支部は10年前より、組織」となることになりました。整備に着手して、との話を聞いていた。しかし、いざ移籍となると寂しさも残り

9分会も、5年間の活動をもつて組織整備(支部間移籍)で住みなれた垂水支部より、各住居地の支部へ移ります。

## 寂しさも残ります

支部間移籍

マクガバンレポート

12

# 人体の健康はミネラル によって左右される

ミネラルにはビタミン以上に心がけなければならぬ理由があります。それはビタミンは体内で合成できるが、物質の最少単位であるミネラルは合成のしようがなく、体外から摂取するしか方法がないからです。

これに対してミネラルは人間のみならず、他の動物も植物も自分の体内で作る事ができないのです。

## ミネラルがビタミンよりもコントロール

ビタミンは体内でも生成されます。

しかし、そのビタミンがコントロールされてい

る事を知っている人は

少ないのではないでしょう

か。

ビタミンが欠けても

体の中ではミネラルが

あるのですが、その中で「世界遺産像と石と文化と歴史」という

杖太夫は圧倒さしました。

ある程度まで、ビタミンの役割を代行する事ができます。反対にミネラルが欠けると、ビタミンは正常な機能を果たせなくなるのです。

マクガバン、レポートが発表されたのち、アメリカ議会が、ミネラルの欠乏問題を議題にした事があります。

実際、議会記録ナンバー264には次のように書かれています。

「わが国の主導的な権威者たちの報告では、アメリカ国民の99%が

と、中国にきたような気分になりました。おいしい空気も一杯

近くの擔保の糸にもよ

り、そうめん工場で作



第6分會 協 英生さん

私は最近趣味を広げまして、女房と共に車でお寺や神社、地元のおいしい食材を買い、

食べたりに、帰りに風呂に入るといったコースを楽しんでいます。

バス旅行と違い、自由行動が出来ますし、

気ままな、ミニ旅行と

いったところでしょ

か。先日山陽姫路西

インター降りて北へ少

し上った所に太陽公園

の石像があり、中でも

テーマでいろいろと展

示していました。各国

の石像があり、中でも

あともミニ版のピラミ

ッド、万里の長城など

新緑の石道万里を歩く

に吸い、美しいレンゲ

畑などを見て、心はレ

ンゲ色かなア、

コウかなア?

コウかなア?

コウかなア?

# カラダが喜ぶ食事の生活

青年部・社保打部 合同健康教室

身近かな話にくぎづけ

5月28日(日)に、青年部・社保打部合同の健康教室が、西垂水会館で、44名の参加で開催されました。

5月号の新聞に「健康教室」の案内が載っていたように生活に役立つ学習会、特に健康に



「食べるものお水へんたあ」

話に聞き入る参加者

生活習慣病という言葉は近年よく耳にし、身近かな病気のようにだが、また他人事の病気の様にも聞きとれる。「知らず知らずの蓄積のうちになつていた」とよく聞くので、早いうちに、今のうちに、よく理解してもらって

健康維持に努めてもらう様に企画されました。講師の松田哲氏は健康と食べ物に関する専門家で、特に「食育」には造詣が深い。昨年7月に国会で食育基本法が成立した話から、5大栄養素、ビタミン、糖尿病、カクテル、糖類の添加物、カナだらけの添加物、また欧米諸国が日本食のすばらしさを提唱しているのに欧米食に進んでいる日本の話等、進むにつれ、身の回りにはある食品食材にとてもよい、優秀ばかりで「食べるものお水へんたあ」のヒソヒソ話に納得の感もありました。講師によれば、この学習会の「食育」は、



岬の文教場を見学中

## 旅行の心づな

# あー懐かしいー

伊ス、机、オルガン

いま子育て中のお母さんには是非聞いてもらいたいと力説されました。飽食の現在、成長期の子供に何が良くて悪いかを決山知って、コンビニ・スーパーで裏ラベルを見極めめることで、カラダが喜ぶ食

事的生活習慣をして欲しいとの事でした。必要のない物、辛抱できる物は「レジ」を通さないことで健康へのひとつのストレス、体操であることが解かった裏りの多い学習会でした。

1 私は今回初めて支部の旅行に参加し、組合員と家族の、日帰りの旅に行つて来ました。5 小豆島は、初めてなので、妻とても楽しみにしてありました。あいにく小雨の中でしたが、港に着き寒霞溪めぐし海岸道路をドライブ、ロープウェイで登る途中、断崖絶壁の岩山は、迫力満点、頂上では、天気も回復

下界を見れば、雲海、自然の素晴らしさが伺えました。昼食をすませ、おくるの国と孔雀園、旅のラストは、かの有名な「二十四の瞳」岬の分校です。教室の中に入ると、あー懐かしいー、イス、机、本、オルガン、周りの物すべて、私達の少年時代、そのものです、皆さん、イスに座り、何十年前の自分を思い出されたようです。私もその一人です。映画の撮影場は、分校より少し離れた所にあるようです。暮れなずむ校庭を後に福田港へ、フェリーの中では、組合員同志で話の花が咲きました。親睦がより一層深まった感じがし、今回は一味違った楽しい旅を味わえました。



# 分会レクリエーション

## 第1・第2・第6分会

### いちご狩りに 行ってきました!



第1分会	・	5月21日	(日)
第2分会	・	5月14日	(日)
第6分会	・	5月14日	(日)



3つの分会とも、西ゲームをする分会や区押部谷の藤井農園さビールで乾杯の分会んで、分会春のレクリエーションとして、いちご狩り行ってきました。

「いちご狩りが、こんなに楽しいとは思わなかった。子供も大喜びして。」

「いちごでおなかいっぱい!もう食べられへんけど、もっと採ってこよう!」

「去年も来たけど、毎年ありがたうな!」

短い時間ながらも、に日焼けした笑顔でうた。

「いちご狩りが、こんなに楽しいとは思わなかった。」

もかかわらんかった。子供も大喜びして。」

「いちごでおなかいっぱい!もう食べられへんけど、もっと採ってこよう!」

「去年も来たけど、毎年ありがたうな!」

短い時間ながらも、に日焼けした笑顔でうた。