

きみと、
ずっとなかま

きずな



きずなニュース 贈水の輪ってなに?

みんなのセイジ

「かわいたかのり」議員 P.6・7

ようこそ! MY STORE P.8~13

地元のイチオシ! まちグルメ

[小田原市・鈴鹿市] P.14~17

投稿お待ちしてます!

みんなのひろば P.18~19

絶品! きずなキッチン P.20

手相拝見しま〜す! P.21

オンラインで簡単!

人間ドック・健診補助申請 P.22

新コーナー みんなの質問に答えます

きずなQ&A P.23

クイズに答えて
プレゼントをゲット!

《締切》

2022年12月20日(火)



レクリエーション活動の一環として、事業委員会が主催するオンラインイベントの報告です。
7月～10月にかけて2種類のイベントが実施されました。

事業委員会主催

スパイスカレーイベント

開催日：2022年9月29日・10月8日

普段からインドカレーが大好きで、スパイスカレーを自宅で作れると聞いて早速申し込みました。スパイスはキットになっているので簡単に作れたし、おいしい本格的なカレーができて大満足です！しばらく台所がカレー臭に包まれたのはご愛嬌ですかねw

出来上がり後、食べながらの交流会を実施しました。
材料・盛り付け方・食べ方など各家庭のカレー事情の話題で盛り上がりました。やっぱり家ごとに違いがあるんですね。



講師のメタ・バラツツさんです。
父はインド人で母は日本人の鎌倉生まれ。日本語はペラペラです。月一のスパイスカレー教室(オンライン)を開催しています。

Zoomが不安でしたが講師の方の進行がスムーズで助かりました。
お土産のスパイスブックもいただきました。スパイスを使って他の料理も試してみようと思います。



食べたことのない初めて見たスパイスもありましたが、残ったものはお土産のスパイスブックを見たり後日通常のカレーなどに混ぜたりして楽しめました。



Leader's Voice

事務局リーダー 板倉 亨さんのコメント

9 月28日10月8日の両日オンラインセミナーとしてスパイスカレー作りの体験教室を開催しました。メタ・バラツツ先生をお招きして約2時間楽しい時間を過ごすことができました。参加した組合員の方は、料理に関して興味を持っておられる方が多く、材料さえ揃えば簡単に作ることができて、先生の説明もうまく参加者の方たちも楽しみながら美味しくいただけたと思います。ユニオンでは、このような組合員が興味を持てるイベントをオンラインに限らず企画・実行していきたいと思っておりますので、ぜひ皆様のご参加お待ちしております。



TOPICS

オンラインイベント実施報告

事業委員会主催

フラワーフォトフレームイベント

開催日：2022年7月21日・8月1日

Zoomを利用したのフラワーフォトフレームづくりを実施しました。皆さん工夫して思い出の写真を入れるフォトフレームが作れました。第二部ではエリアの違う組合員同士で交流会も実施しました。

細かい作業できるか不安でしたが思いのほか簡単にきれいなフォトフレームができて満足です

最初はZoomに不安でしたがみんなで楽しみながら作りました。
作った後記念撮影もしました。

みんなでワイワイやりながら
つくりました。
早速写真も入れました。
フレンドリーな雰囲気でお花やご当地麺の話も面白かったです。



作った後も写真を変えたりして楽しんだり、
花の暖かさ・明るさに癒されています。



Leader's Voice

事務局リーダー 後藤 涉さんからのコメント

1 時間皆さんでフォトフレーム作りを楽しんでいただきました。
その後の交流会では、皆様のお住まいの地域にあるお勧めご当地麺と、お勧めのフラワースポットを皆様にご紹介いただきました。フォトフレーム作りを通じて、景観や食べ物などを参加者同士で紹介し合うことによって、交流を深めることができました。ご参加いただきました皆様、ありがとうございました。



第二部ではおすすめの花がきれいなスポットとご当地麺で盛り上がりしました。

こんなことやりました

きずなニュース

各委員会頑張ってます!! 次回もお楽しみに!!



〈写真右〉都市部のスーパーマーケット
〈写真左〉村の路面販売店

知ってる?

4

カンボジアの現状

水が飲めるのはあたりまえ!?

都市部では蛇口をひねれば水が出ますが、水道がない農村部では川や池の水を利用しています。日本の川は、透き通ってそのまま飲めるところもありますが、カンボジアではそうではありません。赤土が流れ込む川や池は茶色く濁り、ため池の水は濁った水です。これを飲料水として水瓶に溜め、赤ちゃんからお年寄りまで利用しています。あなたは、カンボジアの水が飲めますか？



子どもたちが水を汲んでいる池はこんなに茶色く濁っています。

NEXT ISSUE

次のきずなでは…

カンボジア ワーキングキャンプの なぞに迫る!

井戸って何基贈ってるの?
どれくらいの人
がカンボジアに行ったの?
次回をお楽しみに!

【MV名張店】五十嵐大記さん



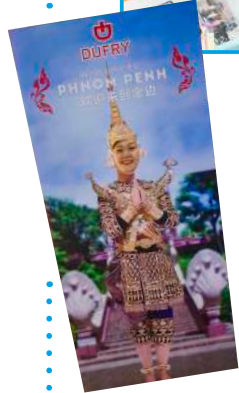
周知活動

たくさんの組合員さんに
活動を知ってもらうために
会議などでお話したり、
ポスターや機関誌の
作成をしているよ



資金集め

ユニオンスクールや
定期大会などでみんなで
考えた贈水の輪グッズや
お茶の販売をして、
井戸を贈る資金を
集めています



十分な支援がない国へ! 命をつなぐ きれいな水を!

イオン労連が社会貢献活動について検討するなかで、イオン1%クラブでカンボジアに小学校を建設し、寄贈していたことなどからカンボジアに井戸を贈ることになりました! 小学校ができて水道が整備されていない地域では、水を確保するために子どもが一日に何度も遠くのため池に水を汲みに行かなくてはならず、学校に通えない子どももいました。また、マラリアを媒介とする蚊や、サルモネラ菌などの感染症によって命をおとす子どももいました。

井戸を贈ることで、命を守り、教育の機会を守ることができるようになります。



〈写真上〉井戸が無いと池の水を汲みに子どもや女性がバケツを担いで、一日に何往復もします。〈写真下〉雨水も大切な生活用水。大きな瓶に溜めているので衛生的ではありません。

大きく 2つの活動が中心! 周知する& 資金を集める!

井戸1基を贈るのにおよそ28万円かかります。その資金を集めるためにこんな活動をしています。

知ってる?

2

具体的には何をしているの?

知ってる? 7つの委員会活動 from 社会貢献活動

贈水の輪& カンボジアワーキングキャンプ

ユニオンの社会貢献活動である贈水の輪とカンボジアワーキングキャンプについて4回にわたってお送りします! 第1回は『贈水の輪』についてです!



ぼくの名前はズジンバ。井戸の妖精さ!



贈水の輪活動で寄贈した井戸

知ってる?

1

贈水の輪ってなに?

カンボジアに 井戸を贈るための 国内活動が贈水の輪!

カンボジアは1993年まで23年間も内戦が続いていました。その影響で農村部では未だにライフラインの整備が進んでいません。

きれいな水もなく、雨水やため池の水が貴重な水資源となっています。そんなカンボジアにきれいな水(井戸)を贈る(資金を集める)ための国内活動が贈水の輪です!

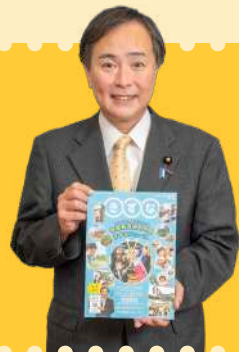


パネルを使った広報活動

知ってる?

3

どうしてカンボジアなの?



vol.03 かわいたかのり 参議院議員

PROFILE

川合孝典／京都市出身。立命館大学法学部卒業。2007年の参議院議員選挙で初当選し、2022年の参議院議員選挙に当選。UAゼンセン政治顧問。現在は国民民主党の参議院幹事長兼国会対策委員長を務める。国会での質問やメディアの露出が増え、党内での存在感が増している。

政治のこと、
もっと楽しく！



無関心でいられても無関係ではられない、それが政治なんです。知らずに損をしないためにも、このコーナーではわたしたちの暮らしや仕事のために、力になってくれるこの方に、政治のこと、日々の活動をお話しいたします。

KAWAI
TAKANORI
INTERVIEW
前編

かわいたかのりさんにお話を伺ってきました！

7月の参議院選挙で3期目の当選を果たした、かわいたかのりさんに、MYユニオンの勝又と原田がインタビューを敢行。今まで以上に厳しい選挙戦を制した要因には、ぶれない主張と確かな実績があります。次の6年の任期では「収入の壁」を解決させるべきテーマの1つに挙げています。

祝当選



選挙について

予想通り、厳しい戦いになりましたが、みなさんの力のおかげで当選できました

MYユニオンさんの存在は
今回の選挙でも心強い限りでした



勝又 選挙おつかれさまでした。ご自身の総括として今回のような印象でしたか？

川合 私が所属する国民民主党は今回の参院選で野党共闘を選ばず、独自路線で戦う異例の選挙となりました。自民党以外の民主主義政党を有権者の選択肢にしてみたらおうとしたわけです。選挙で勝つことは手段であって、目的ではありません。当選して何をするか議員には問われていると考えています。

選挙戦では組織の仲間たちに支援の輪を広げてもらうことに加えて、UAゼンセンとは直接関係のない有権者に対して、国民民主党の考えを知ってもらうため、東京では、新宿・渋谷・有楽町などで街頭演説を行いました。政策の柱とし

ている「経済」、「コロナ」、「物価高騰」の対策、さらに、私がこれまでの議員生活で中心になって進めてきたカスターマーハラスメントの問題も訴えました。

参院選の比例票で国民民主党は約316万票をいただきました。去年の衆院選で獲得した比例票より56万票余り増えています。私たちの政策提言、共産主義と一線を画す方針が支持された結果だと捉えています。

原田 MYユニオンの活動はいかがでしたか？

川合 組織の方々には今回の選挙でも大きな力をいただきました。マックスバリュ東海MYユニオンさんの存在は心強い限りです。必死に応援していただいた思いに、議員活動でしっかりと恩返しします。

未来について

次の任期も労働者の声を国会に「収入の壁」も前進に意欲

勝又 組合員はカスターマーハラスメントの問題に注目していると思います。現在の進捗とこれからの課題を教えてください。

川合 私が国会議員で初めて問題提起したカスターマーハラスメントの問題は、より実効性が担保された形にして、必要に応じた法律も求められます。組合員の方の関心が高い「収入の壁」も、前に進めていく考えです。私は昨年末、最低賃金を上げると同時に収

入の壁を解決する必要性を岸田総理に問題提起し、国も動き出しました。社会保障負担の在り方に関する法律を見直す議論が出てくると思います。

原田 組合員にとって、具体的にはどのようなメリットがあるのでしょうか？

川合 収入の壁の問題は、106万円までは130万円を超えた瞬間に社会保険料が年間15万円〜30万円近く発生して、結果、大幅に手取り金額が落ちてしまうことです。このため、パート・アルバイトの方の年収は壁のやや下に張り付いてしまい、日本の賃金上がらない一つの

大きな理由と考えられます。今後、パート・アルバイト就労者の年収を増やす観点から、国会で「収入の壁」の議論を進めると共に、年収調整のために生じる人手不足の解消に向けて取り組んでまいります。

また、もう一つ大切なのは、社会保険料を負担することにより、将来手に入る金額が増えるメリットがあることを広く伝えていくことです。今は手取りが減るデメリットばかりが説明されている傾向があります。労働者が直面する政治的な課題は他にも様々あります。当事者だから分かる問題もあるはずなので、皆さんの声を聞かせてください。



Q 座右の銘を教えてください

A 最澄の教え「一隅を照らす」です。隅っこまで光を当てる政治をするというニュアンスとご理解ください。ぐいぐい引っ張っていくことが政治家の強さだと思われがちですが、周りに喜んでもらうために活動するのが政治家の役割だと考えています。

Q MV東海エリアでオススメの店がありますか？

A 静岡県の炭火焼レストランさわやかには行きますね。自分でハンバーグの焼き加減を調整できるのが楽しいです。三重県は四日市においしい干物屋があります。三重はウナギもオススメです。

Q 尊敬する議員はいますか？

A こういう議員になりたいという理想像は、まだ見つけられていません。尊敬とは少し違いますが、専門分野を持つ人はすごいと感じます。同じ党の大塚耕平さんは財政や金融の知識が深く処理能力が高いので、頭の中の構造を見てみたいです。

Q お城好きと伺いました。好きなお城は？

A お城そのものというより、その場所にお城を築いた地政学的要素や歴史的背景に興味があります。建て直して観光地にするよりも、一部だけでも構わないので当時のまま残しておいてほしいと思っています。時間ができたら、色んな場所を巡りたいですね。

CHECK!

お店のローカルフード



みさき屋

創業60年を超える焼肉屋の名物「ぼつ焼」。松坂豚の希少部位・ハラミがブツ切りで入っていて、噛むほどに味が出てきます



なが餅 笹井屋

1550年頃から店を構える笹井屋の「なが餅」。アンコを包んだ餅の両面を香ばしく焼き上げた素朴な味が長年愛されています



櫻井漬物

地元で有名な櫻井漬物の商品も豊富に揃えています。中でもオススメなのは「芽しょうが」と「しそ生姜」です



荒木國一商店

1935年創業のつくだ煮本舗の商品は、ハマグリやアサリなど厳選した素材を使って伝統的な技法で味付けされています

お店の自慢を教えてください！

開店から20年間勤務。事務・チェッカー担当で分会長を務めている堤さんに案内してもらいました。

お客さまや
スタッフとの会話も
楽しみの1つです

【分会長、事務・チェッカー】
堤めぐみさん



1 「じもの」の品揃えに
力入ってます

店内には様々な種類の「じもの」を揃えています。ライバル店にない品揃え、MVサンリバー店ならではの独自性を出しています。老舗焼肉店の味を再現した冷凍食品の「ぼつ焼」、おつまみにもご飯のお供にもなる漬物や佃煮は子どものいる家族から、1人暮らしや帰宅の遅いサラリーマンまで人気があります。



協力し合って
和気あいあいと
しているお店です

【チェッカー担当】
去川貴子さん



周りの方が親切
なので、新入社員ですが
不安なく働いています

【水産担当】
青山生愛さん



動きやすいお店で
オープンから
勤務しています

【管理マネージャー】
水谷美幸さん



AICHI / Gifu /
SHIGA / MIE

ようこそ、
MY STORE
マイストア

SHIZUOKA / YAMANASHI /
KANAGAWA

三重県北部の川越町にあるサンリバー店。川越町は交通の利便性が高く、数多くの企業が立地しています。財政健全度は三重県1位で、全国でもトップクラスです。



町から町民1万5000
人に配布された5000
円分の地域振興券は最
近よく使われています



薬の販売スペースが広いのもこのお店の特徴

ベテランの方が多く、
職場の明るさが
お店にも
表れています



【店長】
岩崎基司さん

お店の周りにはマンションが立ち並んでいます。24時間営業とあって、ファミリー層の他にも、1人暮らしのサラリーマンや若い夫婦のお客さまが多いということです。周辺にはスーパーやドラッグストアなど、たくさんのライバル店が

周辺にはライバル店多数
独自のサービスでお客さまに満足感

あります。月商規模に対して客数が多く、客単価が低い傾向があるそうです。今年3月から店長を務める岩崎さんを中心に、他店にないサービスでお客さまに満足していただき、プラス1点、2点のお買い物をしていただく取り組みを進めています。「分会長の堤さんは組合活動にも積極的で、組合員をまとめてくれていて、チームワークは抜群です」と岩崎店長。店舗には3人の登録販売者がいるので、医薬品を取り扱っている点も特徴です。



飲料の箱買いも多いそうです。入口にはペットボトル回収機が2台あります



事業所数 009
※2022/11/15 現在 / 244

マックスバリュ
サンリバー店
さんりばーてん

三重県
三重郡川越町



DATA
④三重県三重郡川越町高松37
☎059-365-6010 ⑤24時間営業

HISTORY ~お店の歴史~

サンリバーの名称は、川越町の「川＝リバー」と隣にある朝日町の「朝日＝サン」が由来と言われています。MVサンリバー店が建つ前に営業していたショッピングセンターや薬局にも、サンリバーが使われていました。

国道1号線沿いにある店舗の周りには、マンションや店がたくさんあります





一口サイズのドーナツポップ詰め放題も人気。自動釣銭機やカバー付きショーケースで新型コロナ対策は万全

店主おすすめの
食べ方

チョコ系は冷やして、フレンチクルーラーは温めると違ったおいしさです

ココナツ
チョコレート



フレンチ
クルーラー

スタッフが明るく
仲が良いのが
自慢です



【店主】松井真一さん

010

ミスタードーナツ
MV豊田店

とよだてん

静岡県 磐田市



DATA

⑨静岡県 磐田市 立野2025-15
☎0538-36-1313 ⑨9:00~21:00

HISTORY ~お店の歴史~

店舗オープンは2003年。2020年に改装し、外観が最新のデザインとなりました。

販売も製造も楽しいので
オープンから働いています



私の
オススメ

チョコ
ファッション

山田千晴さん

外国人のお客さまが多数
ドーナツも飲み物も大量買い

ヤマハに代表されるように製造業の工場が多いエリアのため、ブラジル、インド、中国のお客さまが多いのが特徴です。日本人のお客さまにはチョコ系が人気。外国人のお客さまはカスタードクリームやココナツのドーナツを大量買いする方もいて、飲み物ではタピオカ黒糖ミルクを1人で10杯も買うケースがあるそうです。

体型からも分かるように
ドーナツ大好きです

【店長】
山下晃弘さん

店主おすすめの
食べ方



エンゼルクリームは
凍らせるとシューア
イスみたいになって
おいしいです

新作ドーナツ

※11月上旬には販売終了予定

ご飯に行ったり
家で遊んだり
スタッフが仲良しです

楽しい職場なので長く
働いている人が多いです



石川友紀子さん

宮川佐知子さん



週末は1日2200個を販売!
お客さまは新商品に敏感

静岡市の中心市街地にある新静岡セノバに入っている店舗のため、平日は学生、サラリーマン、主婦。土日はファミリーと幅広い客層が特徴です。流行に敏感なお客さまが多く、毎月発売される新商品が良く売れるそうです。新静岡セノバ店では土日に約2200個のドーナツを販売していますが、多い時は半分近くを新商品が占めるんです。



季節の飾りつけが目
を引きます。100円
ショップやコストコ
のアイテムを活用し
ているとのこと

011

ミスタードーナツ
新静岡セノバ店

しんしずおかせのばてん

静岡県 静岡市



DATA

⑨静岡県 静岡市 葵区 鷹匠1-1-1
☎054-266-7348 ⑨10:00~20:00

HISTORY ~お店の歴史~

2021年3月にリニューアル。新静岡セノバ3階のフードコートから地下1階に移転しました。セノバは新静岡駅と直結していて、学校や仕事帰りのお客さまが多いです。

MV東海がミスタードーナツを運営していることを知っていますか?エリア内に23店舗。
ネームプレートを表示すればテイクアウトが10%オフになるんです。



MV東海はミスド23店舗を運営
ドーナツは店で手作り

一見、MV東海とは関係がなさそうなミスドの店舗。店内をよく見ると、MVの環境方針が書かれた紙が張られています。これがMVの管理するミスドかどうかの目印です。店に並べる商品や接客は、ミスドを運営する(株)ダスキンのマニュアルになっているので、

どの店でも大きな違いはないそうです。スーパーバイザーの中森大介さんは「依頼があれば出張販売するので、ぜひ声をかけてほしいです」と話していました。ミスドにもMV東海の仲間がいるんです。

左の写真にある環境方針がMV管理の目印。ドーナツは配送されてくると思われがちですが、店舗でスタッフが作っています



【スーパーバイザー】
中森大介さん

MVのスタッフと交流、
連携する機会を
増やしたいですね

社割で
10%
OFF

MV東海エリアにあるミスド、23店舗をチェック!

静岡県19店舗、愛知県4店舗のミスドでネームプレートを見せれば10%オフで購入できます。



マックスバリュの
ネームプレート提示で
1割引きで
お買い上げ頂けます!



3世代同居家族に向けたサービスが充実

3世代で同居するお客さまが多いのが特徴です。売り場に果物が充実しているのは、お孫さん用に購入する祖父母の方からの要望です。冠婚葬祭が派手な土地柄も影響しています。ブドウだけでも17種類を揃え、1パック2000円を超えるものもあります。人が集まる機会が多いのでホールケーキも需要が高いです。

フルーツのカゴ盛りはお客さまのご希望に沿って。ホールケーキはタルトやチーズケーキなど種類が豊富



お店の自慢を教えて！

勤務11年目、分会長を5年務めている
デイリー担当の山田さんに
お店を紹介していただきました

ミスを周りが
フォローする
一致団結したお店です

【分会長、デイリー担当】
山田悦子さん



2 美しい売り場 レイアウトが自慢です



季節を感じさせカラーコーディネートや売り場作りも工夫しています。秋はパンバスグラスを飾りました

スタッフが自然に
声を掛け合う
お店です

売り場のレイアウトを担当しているのが黒坂さんです。商品の色や大きさのバランスを考えてコーディネートしています。特に果物は見せ方が売上に直結するので力を入れています。

【農産担当・レイアウト職人】
黒坂富美江さん



3 手書き POP職人の 技が光ります

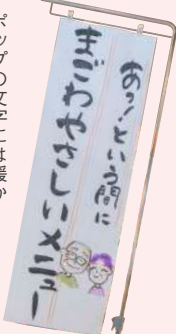
手書きのPOPを担当しているのが藤村さんです。味のある文字やデザインが店に彩りを添えています。内容もおもしろいんです。商品の豆知識や生活に役立つ情報が盛り込まれていて、お客さまに大好評。スタッフの似顔絵も特徴をとらえています。

アットホームなお店で
部門を超えた絆があります

【POP職人】
藤村詩子さん



ポップの文字には暖かみがあります。藤村さん一押しは「にんにくステキ」です



送別や結婚でプレゼントした似顔絵は本人そっくり

AICHI / Gifu /
SHIGA / MIE

ようこそ、
MY STORE
マイストア

SHIZUOKA / YAMANASHI /
KANAGAWA

名古屋駅から車で約10分。篠原橋東店は閑静な住宅地にあります。戦国武将・前田利家が生まれた地で、今でも武家屋敷のような大きな住宅もあります。



愛知1号店の責任と誇り 売り場作りにこだわりと自信

お店に入って、まず目に飛び込んでくるのは種類豊富な果物です。見せ方も美しく、思わず足を止めたくなります。味のあるPOPも買い物を楽しくさせます。商品のレイアウトやPOPは、“職人”と呼ばれる組合員さんも担当しているため、お店全体に統一感が生まれています。売上や売り場作りを評価された数えきれないほどの賞状は、部門の垣根がないチームワークの良さを象徴しています。事務所には退職したスタッフへのメッセージや写真が飾られていました。



販売コンクール上位入賞の常連店です。事務所の中に賞状を飾りきれないため、大切に保管しています

CHECK!

お店のローカルフード

魚又の練りもの

地元にある創業100年以上のかまぼこ店「魚又」の練りものはお客様に好評。その日の朝に作ったばかりの商品が店頭に並んでいます



寿がきやのご当地ラーメン

実は、お店のある名古屋市中川区はラーメン激戦区。寿がきやが製造・販売しているチルド麺で人気店の味を自宅でも楽しめます



愛知1号店に
ふさわしいお店を
心掛けています



【店長】
福永浩さん

愛知県
名古屋市中川区



DATA

④愛知県名古屋市中川区清川町2丁目1-1
☎052-354-8411 ⑤24時間営業

HISTORY ~お店の歴史~

2003年11月に愛知県1号店として名古屋市にオープンしました。24時間営業の大型スーパーの出店は当時、テレビや新聞でも大きく報じられました。開店前から行列がでることも珍しくない注目と人気でした。



店舗周辺には立派な門構えをした住宅。2世帯、3世帯で住む家族が多いそうです



刺身？それともフライ？
この店自慢の半生アジフライ

早川駅から
徒歩9分

さじるし食堂

●さじるししょくどう

創業者の幼名が由来の「さじるし食堂」は創業430余年の「鮑屋（あわびや）」が母体。ここでしか食べられない「半生アジフライ御膳」は是非一度食べてもらいたい一品。

SHOP DATA

☎0465-20-7977 ④無休（※年末年始を除く）
⑤小田原市早川1-4-10



この鮮度だからこそ
できる海鮮丼は
美味しさ抜群です！

【推薦者】佐藤 光さん
（第四事業部スーパーバイザー）



一夜城 ヨロイツカファーム

●いちやじょう よろいづかふぁーむ

世界的なパティシエの鎧塚俊彦シェフプロデュースによる小田原石垣山山頂に約2000坪の農園を併設したパティスリー&レストラン。山からの景色は小田原市内を一望できる。

SHOP DATA

☎0465-43-8271（予約専用）、0465-24-3150
⑤パティスリー10:00～17:00、レストラン[Café Time I]
10:00～10:50（L.O.10:30）[Lunch Time]
※完全予約制 一部11:15～／二部13:30～
[Café Time II] 15:00～17:00（L.O.16:00）、
マルシェ（産地直売所）10:00～17:00
⑥火・水曜日 ⑦小田原市早川1352-110



振り向けば海！
景色も最高です！

【推薦者】石井由美さん
（MV秦野沢沢店）
※今回小田原取材時の写真撮影を担当

オーランジェ ガルデン

●おーらんじえがるでん



JR根府川駅から山に向かって歩き、オレンジ色の橋が目印の当農園は、相模湾を一望しながらのミカン狩りを楽しめる。



SHOP DATA

☎0465-29-0703
⑤11月初旬～12月末
⑥小田原市
根府川524-2

おススメは
個数限定の一夜城
ヨロイツカ・ロールです！

【推薦者】土屋友海さん
（MV小田原荻窪店）



小田原駅から
車で18分



籠清 本店

●かごせいほんてん

江戸時代からかまぼこは保存食として重宝され、中でも籠清は老舗。左写真の鰹「すずかぜ」は自家製すり身を利用した味わいぶかい一品。

小田原には13社の
蒲鉾会社があり
その中でも
おススメはこちら！



【推薦者】水野ひとみさん
（MV小田原荻窪店）

蒲鉾の街、小田原には
おいしいお店がたくさん

SHOP DATA

☎0465-23-4530
⑤9:00～17:00
⑥元旦
⑦小田原市
本町3-5-13



小田原の食材によるおでんは種以外にもこだわりあり。

小田原駅から
徒歩15分

小田原おでん 本店

●おだわらおでん ほんてん

小田原市内の素材を集め、かつお特有のだしでつくられたおでんは客足の絶えない評判のお店となっている。



SHOP DATA

☎0465-20-0320
⑤11:30～21:00（L.O.）
⑥月曜日
⑦小田原市
浜町3-11-30



毎年小田原城址公園で「小田原おでん祭り」が開催される。その中の「小田原おでん種コンテスト」による入賞商品もおでん種として選べる。



市内にある小田原城の発端は15世紀室町時代。城の本丸を中心に城址公園が整備されました。写真上のように春には桜がきれいに咲きます。



まち グルメ

Machi
Gourmet

第5回 神奈川県 小田原市



神奈川県西部の中心都市
歴史と文化、
港町の生み出す美味しいもの
二宮金次郎のふるさとであり、昔から城下町・宿場町として栄えてきた小田原市。市内在住の4名の方が紹介します！



白子駅から
徒歩 10 分

めんくいくん

●めんくいくん

大正時代に旅館だった建物を改築。うどんの出汁には4種類の削り節を使用しており、深い旨味を感じる一杯に仕上がっている。



SHOP DATA

☎059-388-0022
🕒11:00~14:00、
17:30~20:30
📅水曜日
📍三重県鈴鹿市
江島本町14-16

【推薦者】
山口陽子さん

【推薦者】
福元靖子さん



めんくいうどん
900円残ったスー
プにご飯を入れて
もめちゃうまい!

おすすめは出汁の効いたとろみがある「めんくいうどん(牛すじ煮込みカレーうどん)」です。麺も大将こだわりの手打ちうどんで、もちり感があがり牛すじ肉が入った熱々のカレーうどんによく絡んでとても美味しいです。寒い季節に最高ですので皆さんも鈴鹿(白子)に來た際にはぜひ食べてみてください!

yokubaru 鈴鹿店

●よくばるすずかてん

焼きたてクロッフルとオリジナルドリンクが人気の韓国スイーツのお店。2Dトリックアートの真っ白な外観は写真映えすること間違いなし。

SHOP DATA

☎059-392-6627
🕒11:00~19:00 📅不定休
📍三重県鈴鹿市庄野共進1-4-15

平田町駅から
徒歩 11 分



モンブランクロッフルは通年いつでも食べられる人気メニュー。和栗クロッフル 880円、コーヒーゼリードリンクMサイズ 580円など



サンドされた果物の大きさにビックリ!! 定番の果物の他にも、旬の果物を使ったフルーツサンドはみずみずしく、ホイップクリームとの相性が抜群でとても美味しいです。いちごやイチジクはYOU農園で作っており果物単品でも買えるそうです! フルーツサンド以外にパフェやドリンクなども販売しているので近くに來られた際にはぜひ寄ってみてください。



【推薦者】
左:梁池園子さん 右:森 育子さん

クロッパンとワッフルを掛け合わせた「クロッフル」は、外はサクッと中はふんわりやわらかでとても食べ応えがあります。私のお気に入りにはモンブランクロッフルで、注文したら目の前でスタッフの方が綺麗にモンブランを絞ってくれて楽しめます。誰もがやみつきになる事間違いなしのお店です。是非一度足を運んでみてください。

和食処 ゆう膳

●ゆうぜん

創業8年。地元、鈴鹿の食材を使った大将こだわりの料理が魅力。お客様の要望にアレンジ対応してくれるのも嬉しいポイント。

SHOP DATA

☎059-324-9589 🕒11:00~14:00、
17:30~22:00 📅水曜日
📍三重県鈴鹿市神戸1-19-33

鈴鹿市駅から
徒歩 2 分

心のこもった美味しい料理と気さくな大将の人柄が人気で、料理の値段もお手頃でリピーターも増えています。リピーターの私のおすすめはかきあげ玉子丼です。サクサクのかき揚げに半熟玉子を割ったときのトロっとした濃厚な黄身...優勝です。お子様から年配の方まで幅広く行けるお店です。近くに寄った際にはぜひ寄ってみてください。



左:大将 右:【推薦者】真鍋啓子さん



かきあげ玉子丼800円(平日限定)。本格和食がお手頃な価格で食べられるランチがおすすめ。

おむすび定食 900円、
だし巻き玉子 150円



鈴鹿市駅から
徒歩 3 分

縁むすび

●えんむすび

今年の7月にオープン。おむすびや定食は地産地消を意識して自社の農園で作ったお米や野菜を使用。イートインでもテイクアウトでも。

SHOP DATA

☎090-8242-5036 🕒10:00~15:00 📅日曜日、祝日
📍三重県鈴鹿市神戸1-19-25 北栄ビル1F

にぎりたてのおむすびと豚汁は最高の組み合わせ。握りごたつも完備。おしゃれだけどどこかほっとする。そんなお店です。

お米は西村農園で作った「コシヒカリ」と縁結びをブレンドしたものを使用しており、炊いたお米はもちり食感が美味しいです。自家製しぐれや店主自慢のチャーシュー、季節限定のおむすびもあります。

店内で食べられるおむすび定食もおすすめて、握りたてのおむすびはもちろん、フライビーンズは昔給食で食べた懐かしい味です。



【推薦者】新開理恵子さん

YOU 農園

●ゆーのうえん

旬の果物で作るフルーツサンドが大人気! マックスバリュにもキッチンカーで来たりしてるよ!

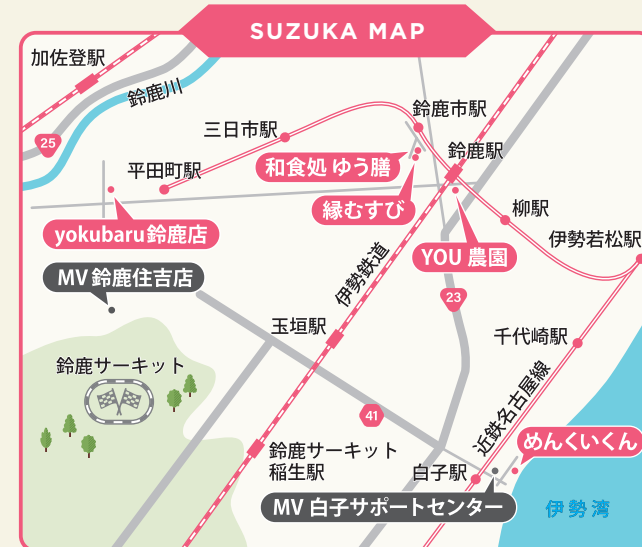
SHOP DATA

☎090-7672-9803 🕒10:00~17:00 ※土日祝は18:00まで
📅木曜日(祝日の場合は営業) 📍三重県鈴鹿市肥田町282

鈴鹿駅から
徒歩 4 分



テイクアウトはもちろん、外のテラス席でも食べられます。MIXフルーツサンド626円など



今回「まちグルメ」を紹介してくれたお店



MV 鈴鹿住吉店

すずかすみよし

お客様の年齢層が比較的高いので、従業員への尋ねやすさや店の雰囲気良くするために、全従業員で明るい挨拶を心掛けている。

🍴📍 地元のイチオシ!

まちグルメ

Machi Gourmet

第6回
三重県
鈴鹿市
Suzuka City, Mie



モータースポーツだけじゃない
産業と文化の調和がとれた
街のうまいもの
F1で有名な鈴鹿市ですが、東に伊勢湾、西に鈴鹿山脈と自然環境にも恵まれた街のグルメをご紹介します!



【はまっているコト】Power Spot

パワースポット巡り

景色も良い場所が多いので、それだけでも癒されます

大平利恵子さん(MV豊橋橋良店)

密を避けるため、朝早い、誰もいない時間を狙って、滝や神社などの、パワースポット巡りをしています。パワースポットとは、自分が『ずっと居たい』と感じる場所。そこに行くと、居心地が良かったり、元氣になれたりします。神社参拝の際には、二礼二拍手で、住所、氏名、お礼とお願いを告げ、二礼をします。お願い事をする時は、その願いを叶えるための努力をするので、力をお貸しくださいと告げます。やはり、努力なしで、願いは叶わない。ということかもしれません。



Recommend

おすすめのパワースポット

- 龍神の滝
- 八百富神社
- 椿大神社
- 多度大社
- 百間滝
- 言任八幡宮
- 天宮神社
- くちなしの池
- 小國神社
- など



NEXT ISSUE

みなさんからの応募、お待ちしております！
次号も「今、はまっているモノやコト」について、「ペット」や「旅行」、おすすめの「本」や「映画」など、何でも結構です。



QRコードから応募できます！

【はまっているコト】Card Reading

カードリーディング



占い動画を撮って
YouTubeにupしてます

前田千波さん(MVEX鈴鹿加佐登店)

私 が今ハマっていることは、カードリーディングです。タロットカードやルノルマンカード、オラクルカード、時にはトランプも使って占います。これが不思議とよく当たるんです！日付をズバリ当てるのが得意。子どもたちの悩みを聞いてカードを出してあげると安心してくれたりするんです。占いというツールを使って家族時間を過ごすのが、とても楽しいです。



私が持っているカード達です。気づけばこんなにたくさん…！



休日にラーメン店巡りをするのにハマっています

大矢貴史さん
(MV岡崎美合店)

一番のおすすめは「横浜家系ラーメン ぎん家」の家系ラーメンです。濃厚なスープに中太麺が絡んでとてもおいしいです。にんにくや白ごまなど入れて味変すると二度おいしい。他にも、大名古屋ビルヂングにある「ニューオールド肉そばけいすけ」や、太閤店や長久手店の近くにある「本郷亭」が僕のおすすめです。とてもおいしいので、ぜひ食べてみてください。

ラーメン店巡り

【はまっているコト】Ramen



空手は
生涯勉強です
酒井加奈子さん
(MV長泉竹原店)

空手

【はまっているコト】Karate

黒帯を取って
11年になりました

構えのひとつ
後屈立ちです

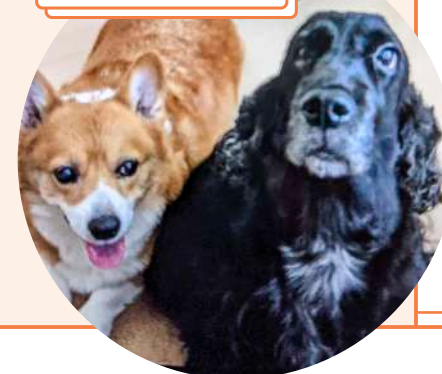
私 がハマっている事は極真空手で、子供達と一緒に始めて15年になります。直接打撃なのでアザもできますし、稽古もきついのですがミットを打つ時の爽快感や終わった後の達成感は格別です。今は試合も一線を退き、幼年の指導に専念しますが、元氣な挨拶、返事、気合いをモットーに子供達と向き合っています。泣いて道場に入らなかった子が元氣よく来れるようになったり、大きな声で返事ができるようになった姿を見るととても嬉しく思います。子供達からも学びながら、日々精進していきたいです。

【はまっているコト】Pet

ペット



ペットと料理が
楽しい毎日
平岩由加里さん
(MV各務ヶ原那加店)



私 が生まれる前から、家には色々な動物がいました。犬、猫はもちろん、馬、鳥など。今は12才のコーギー豆太郎と1才半で保護犬としてやってきた8才になるイングリッシュコッカーの杏豆と毎日まったりと生活しています。
また私は料理が好きなので、家族のお誕生日等のお祝いの日には手作りケーキと料理で、にぎやかにしています。お店ではちゃんとごはんの料理見本を作らせていただいています。

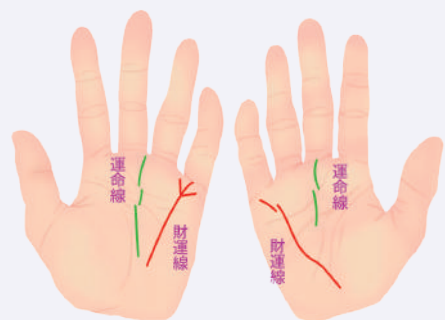


みなさんからの投稿をご紹介するこのコーナー。「今、はまっているモノやコト」をテーマに、紹介してもらいました！

今、はまっているモノやコト、教えて！

VOL. 4

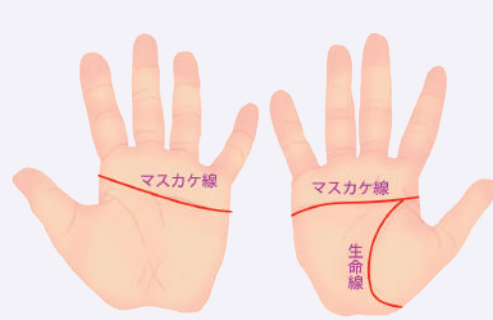
組合員の「ミニ気の素」をお届け！
みんなのひろば



貯蓄型!

石本智美さん(MV大津月輪店)

両手の小指の下にある線は金運を示す財運線です。財運線がとても長いので金運に恵まれます。また、先祖や両親、配偶者から援助を受ける可能性があります。仕事を示す運命線も長いので晩年まで働くことができます。



家庭愛型!

中川あゆみさん(MV静岡曲金店)

右手の生命線は手首まで伸びているので健康と金運に恵まれ、家族思いで家庭を重要視します。また両手にマスカケ線(横一本の線)があるので、晩年まで働くか趣味を続けるか家族で旅行などを楽しむことができます。



明朗型!

たけうちさあやさん(MV厚木妻田店)

両手首に太くはっきりした線があるので、健康で活動的なタイプです。金運もありますが、あまり執着しないタイプなので目標を持つと貯蓄ができます。右手の感情線が枝分かれしているの、明るく人間関係は順調です。



支援型!

有田清江さん(MVサンリバー店)

両手にある生命線は手首の付け根まで伸びていますので健康で長寿です。左手にある生命線付近から伸びている財運線は身内からの援助や支援に恵まれることを意味しており、金運が強く、対人関係にも恵まれます。

手相 拝見しま〜す

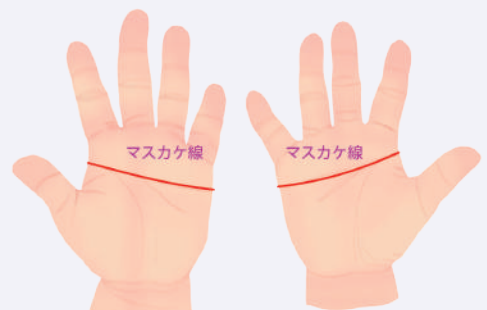
プロの占い師が、あなたの手相を占います。毎日がポジティブになる、手相占いに、あなたも参加しませんか。厳正な抽選のうえ、今回はこの8名の手相を占います。



万能型!

平松真梨子さん(MVララパーク店)

両手の小指の下に細く数本ある財運線はお金の出入りが多いので、お金は必要なものだけに使うと有効的です。左手の二重生命線は体力があるので労働職に適しており、右手の知能線は直線なので事務職にも適しています。



大器晩成型!

伊藤志保さん(MV昭和橋通店)

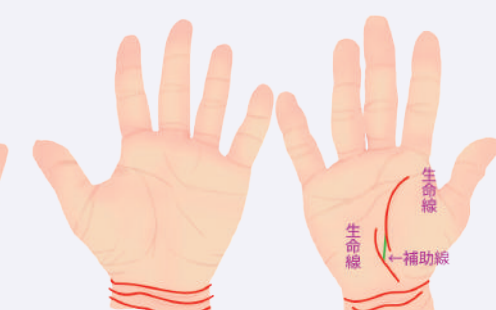
両手にマスカケ線(横一本の線)があるので、物怖じせず、逆境に負けない粘り強い努力家タイプです。プライドが高いところがあり、リーダーや教師など人の上に立つとか、物事に挑戦していく方が才能を発揮します。



社交型!

高倉佳代さん(MV西尾新在家店)

左手の財運線が二股なので、現在は金銭面で将来に向けてしっかりと計画を立てようとしています。また、左手に太陽線と右手に社交線があるので、これから社交の場をもっと広げることで、楽しく過ごすことができます。



社交型!

岡村景子さん(MV裾野茶畑店)

両手ともに厚みがあり、さらに両手首に太くはっきりした線があるので、健康で活動的なタイプです。また、右手にある健康状態を示す生命線と生命線の間に補助線があるので生命力は強い傾向にあり、長寿タイプです。

手相を見てほしい人、大募集

QRコードから応募できます!
随時募集中です!



あなたの手相、
写真で送って
くださいね!

占い講師 酒井康江さん

占い学校の株式会社晃英堂が主催している手相講座、タロット講座、西洋占星術講座の講師を務めており、手相指紋鑑定士の商標権者でもある。また、企業様が主催するイベントで、占い鑑定会の占い師や占い講座の講師を務める。

みなさんからの
レシピ大募集!
QRコードから
応募できます!



今回は
「冬のあったか料理」
《締切》
2022年12月10日(土)

絶品! きのずなキッチン

組合員のアイデア満載!

Kizuna Kitchen

お料理やお菓子作り大好きな組合員が教えてくれる絶品レシピ。
今回は「魚料理」を募集したところ、
この季節にピッタリの「鮭を使った料理」を考えてくれました。



【魚料理】

鮭とじゃがいもの バター醤油炒め

所要時間:20分 材料費:600円

鮭なら何でもOK! バターと
しょうゆが味の決め手!



小野英正さん
(MV御殿場萩原店)
じゃがいもはレンジで加熱するとより早く中までホカホカになります。また、塩銀鮭を使用すると塩味でより味が濃くなり美味しく召し上がれます。

材料(2人分)

生鮭(塩鮭でも可) 2切れ 塩 少々
じゃがいも 約200g しょうゆ 大さじ2
バター 20g ブラックペッパー 少々



1 秋鮭に塩をふり10分程度待ち、水気をとり、小さくカットする。



2 じゃがいもは水できれいに洗い、小さくカットする。

3 耐熱容器にカットしたじゃがいもを入れ、ふんわりラップをして500wで5分加熱する。



4 フライパンにバターを入れ加熱し、鮭を炒め火が通ったら、じゃがいもを入れて再度、軽く炒める。



5 しょうゆを入れてほんのり焼き色がつくまで炒める。
6 盛り付け皿にのせて、パセリを散らす。

秋鮭の チーズポテト焼き

所要時間:12分 材料費:700円

秋鮭をつかった 超超
時短メニュー

1 鮭を4切ほどに切り、塩コショウ、小麦粉をふる。

2 じゃがいもは、6〜7ミリの半月切りにし、たまねぎは、スライスしておく。しめじは、洗って処理をすませておく。

3 フライパンにオリーブオイルを熱し(分量の半分)、鮭を焼く。少し焦げ目がついたら取り出す。



4 残りのオリーブオイルをつかって、じゃがいもが透き通るまで炒め、たまねぎ、しめじも加えさらに炒める。



高岡優子さん
(MV知多新知店)
旬の秋鮭の美味しさを簡単に味わっていただける料理を紹介します。チーズを使うとさらに、味がまるやかになります。一度お試しください。

材料(2人分)

秋鮭 2切れ オリーブオイル 大さじ2
じゃがいも 2個 小麦粉 適宜
玉ねぎ 1/2個 ピザ用チーズ 適宜
しめじ 1/2袋 しょうゆ 大さじ2



きずな
Q & A

このページは組合員の皆さんから寄せられたご質問やご意見に答えさせていただくコーナーです。

ご意見
ご質問は

ハガキ

または

QRコード



から
お送りください

Q

きずなの発刊頻度はどれぐらいですか？

A

3ヶ月に1度のペースで年4回の発刊を予定しています。
(2月、4月、7月、10月予定)

Q

MY STORE やまちグルメはどうやって取材していますか？

A

創刊号では広報委員会のメンバーで考えて、本社のある浜松や歴史のあるお店を選定・紹介しましたが、現在は組合員さんのリクエストの中から地域のバランスなどを考えながら掲載しています。まちグルメについては組合員さんがおすすめするお店を5~6店舗聞いて、取材OKのアポイントを取った上で組合員さんとお店に行き取材撮影を行っています！

Q

この機関誌の紙質を下げることは出来ませんか？
厚みがあるので存在感はありますが、ペーパーレスで環境保護の時代に、なんだか申し訳ない気がしています。

紙質を下げてでもページ数と内容を充実させてほしいです。

A

読んだ時の見やすさや手元に置いておいてもらうことを考えてこの紙質になっています。ただ、今後においては経費削減やSDG'sの観点が必要だと思いますので様々な部分で考えていきます。ご意見ありがとうございます！
ページ数と内容の充実はみんなの意見を取り入れながら色々チャレンジしていくので今後にご期待ください！

Q

映画鑑賞補助について質問です。イオングッドライフクラブの補助を使えば700円で観られますが、それを使った上でユニオンの補助申請をすると(大人で)900円支給されるのですか？

A

ユニオンの映画鑑賞補助申請は(大人で)最大900円です。700円で観た場合は700円の補助になります。

Q

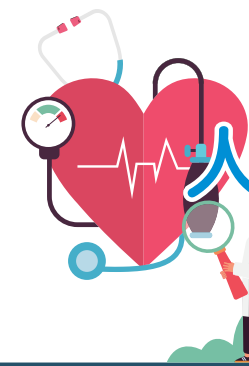
手相拝見のコーナーに応募したのですが掲載されません。いつ掲載されますか？

A

ご応募ありがとうございます。手相は応募が多く、一度に掲載できる数も決まっておりますので抽選での掲載となっております。抽選方法としては、抽選に漏れた方も次号以降に当選できるよう、毎号新規応募者に加え、過去の応募者も加えたリストで抽選をしています。完全ランダムな抽選ですのでいつ掲載されるかは分かりませんが、当選確率を上げるために毎号応募していただくか、掲載されるまで気長に待ってもらえるとありがたいです。

7つの委員会活動
from 福利厚生・共済委員会&広報委員会

組合員全員対象

上手に活用
してくださいオンラインで簡単！
人間ドック・健診補助申請

人間ドック・健診補助申請の方法をご案内いたします。
これを機会に自身の健康を知ろう！



福利厚生・共済活動委員会
中西良博さん

5分でできる！やるなら今！いつでもどこでも入力可能！

① 領収書の
写真を撮る

医療機関で受け取った領収書を「健診日・医療機関名・健診内容・金額」が読み取れる様に写真を撮ってください。

イオン健保の
人間ドック等
健診受診券は
不要です

② 申請画面にアクセス



QRコードを読み込んで、申請画面にアクセスします。(パソコンのHPからでももちろん可能です)

③ 必要事項を
入力します

氏名・社員番号・勤務先・健診日・医療機関名・健診内容・金額など。終わったら確認画面へ進みます。

④ 必ず「送信」

上記内容で送信する

忘れずに！必ず確認画面で「送信」を押してください

確認・注意事項

- ◎補助金は年1回。最大5,000円です。(期間:9/1~8/31の間に1回)
胃カメラ・婦人科健診等単独健診を除く「人間ドック」を受診して支払った実費の内上限5,000円を補助します。
- ◎特定健診・定期健康診断を含む「健診」以外は支給しません。
- ◎巡回ドック受診時は、その他健診も含み補助対象外です。(婦人科健診等)
- ◎市町村の検診は対象になりません。
- ◎対象者は組合員本人です。(40歳未満の方、短時間組合員の方も支給対象)
- ◎受診後30日以内に申請してください。
- ◎申請は毎月5日〆切、当月の給与に入金します。
給与明細(e-革新)の「組合支給(非課税)」項目を確認してください。

組合員ログインページ

人間ドック・健診以外のオンライン申請もあるので、ぜひアクセスしてね！



贈水の輪グッズ販売中!

みんなもカンボジアに
井戸を贈る活動に参加しよう



タオル
ハンカチ
各色
400円

フェイスタオル
各色600円



エコバッグ
500円



吸水ケース 各色500円

購入方法

購入の申請につきましては、ユニオンホームページからWEBで申請するのが便利です。または贈水の輪グッズ購入申請書を印刷し、必要事項を記入して、ユニオン浜松事務所にメール便で送付してください。

ここから
購入
できます



表紙の写真、今号はこちらの皆さんから応募いただきました。

- ① MV伊東広野店 森田みかさん
『毎年、同級生と行く葡萄ツアー』
- ② MV有松駅前店 熊谷雅枝さん『秋の味覚』
- ③ MV富士厚原店 蛭牟田のり子さん
『富士宮初 富士宮ぶどうランドで秋を満喫してきました。』
- ④ MV木曽川店 岸田恵美さん『11月で長女が20歳に♪』
- ⑤ 本社商品コーディネーター部 太田沙由里さん
『佐川美術館の水庭の上に
建築されているかのように見える建築物。
芸術の秋、美術館へ足を運びませんか』
- ⑥ MV富士宮朝日町店 佐野昌子さん『秋の休日』
- ⑦ MV浜松和田店 水産 渡邊芳春さん

QUIZ & PRESENT クイズ&プレゼント



👉今回はコレ!

充電式ハンディークリーナー
10名様にプレゼント!

クイズに答えて
プレゼントを
ゲット!

Q

人間ドックの申請期限は受診後90日以内ですが、
では映画鑑賞補助の申請期限は鑑賞日から何日でしょう?

ヒント:きずなvol.3やホームページを見れば載っているよ!

- ① 10日
- ② 30日
- ③ 120日

応募方法は
2つあります

- ① HPの応募フォームから答えを入力
スマホで右のQRコードを読み込むと、応募フォームに飛べます
- ② 同封のハガキに答えを書いて、ユニオン浜松事務所にメール便で送付



締切 2022年12月20日(火) 当選者の発表は発送を持ってかえさせていただきます

前回の答え 「防災」セミナーでした。みなさんも災害への備えは万全にしておきましょう。
(ハガキ25通・WEB113通 計138通)。正解者の中から100名に「LUSHの入浴剤」を送ります。

マックスバリュ東海MYユニオンコミュニティ誌

きずな

vol.04
(2022.11)

2022年11月24日発行 発行:マックスバリュ東海MYユニオン ユニオン事務局
〒435-0042 静岡県浜松市東区篠ヶ瀬町1295-1
TEL 053-581-9030 FAX 053-581-9220
発行・編集責任者:角谷公敏 編集:広報委員会
www.myunion.jp

ID: union
パスワード: 9030

