

## 北の味覚、再発見!!

### スリービー・札幌麺匠・CRカンパニーの3社が出展!

10月26日(木) ホテル札幌ガーデンパレスにて開催された北の味覚再発見にスリービー・札幌麺匠・CRカンパニーの3社が出展しました。

商談会の場として開催されたこのイベントでは「たもぎ茸」「北海道ラーメン」「ソーセージ」などの各社選りすぐりの

商品を試食等も交えながら積極的にPRしていました。



## 工業部会視察研修

10月13日(金) 工業部会の視察研修事業として参加者8名で赤平市の炭鉱遺産ガイダンス施設と空知単板(株)を見学しました。普段は聞けない当時の炭鉱の様子や工場で単板完成までの流れを見学し、部会員たちは熱心に説明を聞いていました。



## 青年部三重湖公園キャンプ場物販

9月16日(土) 三重湖公園キャンプ場で来年度事業の試験も兼ねてキャンプ用品や野菜等を販売しました。突発的だったこともあり売れ行きは芳しくなかったものの、来年度に向けて良い成果を得ることが出来ました。



## 令和5年10月1日発効 北海道最低賃金

北海道において事業を営む全産業の使用者及びその者に使用される労働者に適用されます。但し、産業別最低賃金が適用される者は除きます。

時間給 **960円**

## 金融個別相談会 「一日公庫」

年末資金の準備は  
お済ですか?  
ご相談はお早めに!!

奇数月に開催する金融個別相談会「一日公庫」を**11月15日(水)**に実施します。希望者は11月10日迄に商工会へ申込み下さい。

## 第18回商工会長杯ゴルフ大会

### 優勝 柿崎 納さん

準優勝 柏木 英昭さん 3位 角 尚史さん

9月24日(日) 第18回商工会長杯ゴルフ大会が南幌リバーサイドゴルフ場で、過去最大数の44名が参加し開催されました。

当日は天候にも恵まれ参加者は優勝を目指し頑張っていました。終了後には二合半で表彰式と懇親会が行われました。

優勝した柿崎納さんから「来年の出場権をゲットすることができました。来年もこの場に立ちたい」と喜びのスピーチがありました。



## 音楽をとどけるファミリーコンサート

商工会サービス業部会と遊びの達人特別教室がコラボして10月22日(日) 南幌町農村環境改善センターで『音楽を届けるファミリーコンサート』が開催されました。

老若男女問わず多くの方が来場され、美しい演奏を聴いた方から「地元でこんないい演奏が聴けてうれしい」との声もありました。また、同会場にて部会員がテイクアウト販売も行いました。



## やせホルモン!? 《GLP-1》

誰もがもともと持っているホルモンのGLP-1、最近注目されていますね! ご存じの方も多いのではないのでしょうか。

近年、食環境や生活習慣の変化で日本全体が肥満傾向にありますが、北海道の肥満率は上位に位置し、特に男性の肥満率は全国2位となっています。成人男性の約3分の1が肥満で、南幌町の健診のデータも北海道と同等の割合となっています。

本題のやせホルモン GLP-1 は食事を摂ることで小腸から分泌され、血糖値のコントロールや食欲を抑える働きをしています。このホルモンはとても優秀で、血糖値が上昇した場合のみにインスリン(血糖値を下げるホルモン)の分泌を促し、逆に血糖が低くなると下がりすぎないように調節してくれます。さらに、消化吸収がゆっくりになり、食欲を抑えてくれる働きがあります。

GLP-1の分泌には個人差があり、痩せている人に多い傾向があり、やせホルモンと言われている理由の一つなのです。

さて、このGLP-1の分泌を促進させるためにはどうしたらいいのでしょうか? 2つのポイントをお伝えします。

①野菜などの食物繊維を摂取すること ②噛むこと この2つです。

日本では昔から「よく噛むこと」が健康にいいと言われてきましたね。最近「ベジファースト」も意識される方が増えました。これらは「やせホルモンGLP-1」との関連が深い習慣のひとつだと言えます。

南幌町 保健師 宮本奈都美

## 商工会関係行事予定表

- 11/2 第2回管内青年部長会議/札幌市 第4回正副会長会議
- 11/9 第4回理事会
- 11/11 青年部視察研修
- 11/13 第5回サービス業部会幹事会
- 11/15 一日公庫
- 11/21 令和6年度南幌町予算編成に対する要望書提出
- 11/22 空知管内商工会長等道外研修/東京他都
- 11/29 三者懇談会