



南幌町商工会だより



No.311 2023年5月1日発行 E-Mail: nansho@violin.ocn.ne.jp

青年部通常総会

4月13日(木) 商工会館にて令和5年度青年部総会が開催され、部員8名のほか、和田商工会長、伊藤青年部OB会長がご来賓として出席下さいました。議長に齋部員が選出され、スムーズな議事進行が行われ、令和4年度事業報告・収支決算報告、令和5年度事業計画・収支予算案が原案通り承認された後、任期満了による役員改選が行われました。

役員改選の結果は以下の通りとなりました。

- 部長 青山 達哉 (新任)
- 副部長 高橋 秀昭 (留任) 加藤 真悟 (新任)
- 会計理事 大葎原 翔一 (新任)
- 監事 村上 史純 (新任) 齋 晴哉 (新任)

総会終了後、サウストップで懇親会が行われました。



女性部通常総会

4月24日(月) 17時30分より、令和5年度女性部総会が商工会館で開催され、部員9名の他、和田商工会長がご来賓として出席下さいました。

加藤部長の挨拶後、早速審議に入り、令和4年度事業報告・収支決算報告、令和5年度事業計画・収支予算案、役員定数の改正(案)が原案通り承認されました。

総会終了後、清寿司で懇親会が行われました。



新入児童へ交通安全祈願品寄贈

4月3日(月)に毎年恒例の新入学児童交通安全祈願品寄贈を女性部三役で行いました。品物は、キーホルダーで今年度入学児童53名分を南幌神社にて祈禱を受け、南幌小学校へ寄贈しました。



サービス業部会総会

4月25日(火) 17時より、令和5年度サービス業部会総会が商工会館で開催し、本人出席15名・委任状37名で行われました。

伊藤部会長の挨拶後、早速審議に入り、令和4年度事業報告・収支決算報告、令和5年事業計画(案)・収支予算(案)、商工会理事の補充選任が提案され、提案通りに承認されました。

総会終了後、喃喃亭で懇親会が行われました。



令和5年度(第63回) 商工会通常総会

南幌町商工会第63回通常総会を下記日程で開催いたします。

日時: 令和5年5月22日(月) 午後4時

場所: 南幌町商工会館 2階

※ 会場内は空気清浄機や空気の入替えなど換気対策を行います。

商工会 加入・変更等のお知らせ

- 加入
 - 4/ 1付 自家製麺 おお田 太田 朝基
 - 4/ 1付 ㈱オカモト 岡本 謙一
- 脱退
 - 3/ 1付 スナックSORTE 原田 智子
 - 4/ 1付 インテリア長崎 長崎 雅之
 - 4/ 1付 東商会 東 隆
- 変更
 - 4/ 4付 Komame mameko 事業所名変更
 - おうちごはん Komame→Komame mameko
 - 4/ 1 2付 空知信用金庫南幌支店 氏名変更
 - 吉川 丞→田中 勝志
 - 4/ 1 9付 南幌郵便局 氏名変更
 - 横山 繁好→加藤 俊博

春はこころの不調に注意を

春は親しかった人との別れや、新しい職場や新しい仲間、引越しなど、何かと「変化」の多い季節です。変化によって心が疲れてしまい、不調が現れることがあります。

<こんな症状が出たら要注意>

- ・疲れやすくやる気が起きない
- ・イライラする、怒りっぽい
- ・食べたくない、美味しくない
- ・寝付けない、熟睡できない
- ・お酒の量が増えている

いつもと違う症状に気付いたら、早めのセルフケアが大切です。

<セルフケアのポイント>

①オンとオフを切り替える

休息をしっかり取ることが重要です。また、仕事中でも席を立てて歩く、コーヒーを飲むなど、疲労が蓄積する前に意識して短い休憩を取ること効果があります。

②好きなことをする時間を確保する

1日10分でも良いので、自分のための「ホッ」とする時間を持ちましょう。またひたすら寝るよりも、適度に活動する方がよりリフレッシュすることが出来ます。

③生活リズムをできるだけ保つ

「起きる時間」「寝る時間」「3食の食事の時間」をなるべく同じ時間にすることで、まずは生活リズムを整えましょう。

健康子育てグループ 池田

商工会関係行事予定表

- 5/10 中央通り商店会総会
- 5/11 法人会第36回法人会/岩見沢
- 5/12 工業部会総会
- 5/15 公和通り協議会総会
- 5/17 一日公庫
- 5/18 空知管内連合会通常総会
- 5/21 街路美化事業/中央・公和
- 5/22 商工会通常総会
- 5/25 全道商工会連合会通常総会
- 5/29 女性部花壇・館内清掃