

お客様の声



天童建設総合組合
天童市天童中一丁目6-23
TEL:023-653-2633



神町電子様には、パソコン・複合機・ホームページ等で大変お世話になっております。いつも迅速に対応していただきありがとうございます。これからもよろしくお願いします。

天童建設総合組合は、現在400人弱の各種職人の個人事業者で構成されています。どんな大手の建設会社にも引けを取らないボリュームです。大工・板金・左官・電気・塗装・土工・設計等と、建設に関しては全ての要望に応えられる体制ですので、家や生活に関するお困り事がありましたらお気軽にお電話下さい。当組合加入の職人は自分の技術と信用と看板に威信を賭けて取り組んでおりますので安心してご用命下さい。中東情勢によるナフサショック等色々な弊害等ありますが、業界同士情報を共有し、一丸となって荒波を乗り越えていきます。どうぞご利用よろしくお願い致します。



会社へ献血バスが来ました

弊社、大森工場敷地内において、9/1に献血を行いました。
総勢16名が400mL献血にご協力致しました。

山形県赤十字献血センターの方からお話を聞くと、年々献血率が少なくなっているとの事でした。事故や災害での怪我が多くなっている昨今、皆様の善意が求められています。

興味のある方は、山形駅前出張所 献血ルーム
SAKURAMBOにおいても献血をする事ができます。献血をして体も心も軽くなりましょう！



食欲の秋に太らないための
ダイエット戦略！



食欲の秋はなぜ太りやすいのか

- 気温低下で基礎代謝が上がり、身体がエネルギーを欲しが
- 旬の食材が多く“美味しい誘惑”が増える
- イベント増加で外食・間食の頻度が上がる

様々な要因で私たちが食欲の秋へと誘導しがち。
それに打ち勝つには無理をしないダイエットが求められます。
ストレスのないダイエット方法で打ち勝ちましょう！！



食欲の秋でも太らないダイエット方法

○食べ方の工夫

食事は食物繊維 → タンパク質 → 炭水化物 の順で食べると血糖値の急上昇を防ぎ、過食を抑えられます。

○代謝を上げる食材

鮭・きのこ・生姜などの代謝を上げる食品を1品加えると脂肪燃焼が促進されます。

○夜間間食は避け、温かい飲み物を活用

間食は15時に限定し、夜の甘いものは避けましょう。温かい飲み物は、空腹を安定させる効果が期待できます。

○適度な運動

軽い散歩など適度な運動を習慣化しましょう。
※裏面にオススメの商品を掲載しています！

食べないでストレスを溜めるよりも、食べ方に気を付けて、太らない方法を実践してみてもいいですか？

FOOD 災害に備えよう

今年は日本各地で地震・豪雨・台風が連続発生し、住宅被害や浸水が広範囲で拡大した年となりました。特に6月以降は災害が集中し、複数の地域で特別警報級の大雨が観測されています。

地震・豪雨・停電は予測できない為、避難場所・ルートを各自治体のハザードマップで確認して、安全に避難行動をして下さい。また、災害は「起きたら対応する」ではなく「いつ起きても業務・生活を継続できる状態を作る」事が大切だそうです。

必要な装備(9月号の裏面もご参考ください)を前もって準備し、大きな災害に遭っても慌てないように心がけましょう。



10月の営業日	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31

「食欲の秋」その前に...

過ごしやすいこの時期に運動習慣を身につけよう!!

秋の夜長に出来る事はたくさんあれど・・・体を動かしてみませんか？
無理なく取り入れられそうな運動と、それをサポートする物のご提案です。

B-SANTE(ビ・サンテ)
ダイエットステップ



¥7,950- (税込)

飛び跳ねやすい家庭用トランポリン！
静音タイプです！
体幹・美脚・美尻・内転筋・くびれ腹の
ダイエットやエクササイズに！

Rondofy フォームローラー
筋膜リリース



¥3,000- (税込)

7点の筋膜ローラー式セット
フィットネストレーニング器具
ストレス解消
筋肉痛解消

Kanesuki
電動縄跳び 自動縄跳び機



¥3,000- (税込)

電動縄跳び 自動縄跳び機 自動回転
10段速度調整可能 タプルなわとび
自動カウント リモコン付き
お子様と触れ合いながら、足の筋力
UPの運動はいかがですか？

TINRIE
二の腕痩せ 二の腕 筋トレ



¥5,000- (税込)

ダイエット器具 360度回転
前腕・手首トレーニング 男女兼用
360度回転するウェイトボールで二の
腕・前腕・手首を手軽にトレーニング

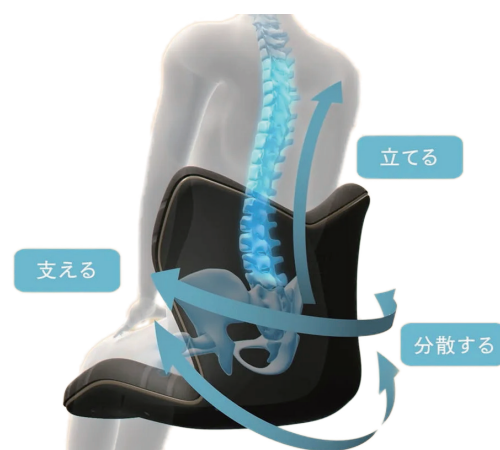
Tosoky
フラフープ



¥3,000- (税込)

フラフープダイエット用
直径約65~110CM 大人・子供兼用
運動器具 スマートフラフープ
組み立て式
気になるウエストに

MTG Style PREMIUM
姿勢サポートチェア



¥25,000- (税込)

日頃の姿勢を気にしてみませんか
運動が苦手な方は、まず姿勢から
整えましょう