

# JOY MATE

## News

2023

6

vol.332

情報満載  
ホームページ!(一財) 島根県東部勤労者共済会 | 〒690-0886 松江市母衣町55-4 松江商工会議所ビル2F  
TEL(0852)28-6555 FAX(0852)28-6575

ジョイメイトしまね

検索

手縫いで作る  
革小物

## レザークラフト体験

少人数制の「レザークラフト体験」(工房スペースで道具を使用するので、幅広く楽しめます)

今回の  
挑戦!キーホルダー or 三つ編みブレスレット or 小銭入れ or レター型ポーチ etc  
づくり

- 店内の工房スペースと道具を使って、革小物作りに挑戦
- 革はハギレを使い、道具は店にあるものを使用するので作品作りに集中できます
- **作品は、1日で作成可能な手軽なものを選択し、挑戦してください!**
- 1日の予約は、**最大3名までと少人数**で、店主と語らいながら楽しく作業が行えます

体験料金の一例 2,000円位より/一人 (1日で作成の小銭入れの場合)

**体験料金 一人当り 1,500円割引券****200名様に**応募資格 会員および家族計2名まで  
※但し、革工房蓄のみ中学生以上応募方法 ジョイメイトしまねHPから  
下記コースよりひとつ選択  
※応募者多数の場合抽選となり当選者のみ連絡

体験期間 令和5年6月15日(木)~令和6年2月15日(木)

利用方法 各体験利用期間中に各自予約をして参加ください

応募締切 令和5年6月5日月



《注意事項》

- ・体験料金は、各施設で同封の割引券と引換に、差額をお支払いください。
- ・予約につきましては、**当選者の方のみ予約電話番号をご案内**します。
- ・割引券のご利用は、体験期間内のみです。ご予約の際は、ご注意ください。

A

(株)アンフ アトリエール



Instagram

出雲  
会場(株)アンフ  
アトリエール | 出雲市大津新崎町4-46  
(旧国道184号ダイハツ手前を左折数十m)

定休日 水・土曜日 営業時間 10時~17時



B

革工房 蓄



Instagram

松江  
会場革工房 蓄  
松江アトリエ店 | 松江市古志原2-23-1  
(山陰道松江東IC下りてDSウエルネス橋に入る  
和幸電通向かい)定休日 不定休 営業時間 11時~15時  
19時~21時雲南  
会場革工房 蓄  
雲南食の杜本店 | 雲南市木次町寺領2954-2  
食の杜

定休日 不定休 営業時間 11時~15時



※「6月誕生月プレゼント」抽選で500名様にクオカード5000円分プレゼントは8ページに掲載しています。

気分爽快!

# 海辺の思い出づくり

「体験コース」2,500円割引券/一人 各コース80名

**申込対象** 会員または同居家族(計2名迄)

**体験方法** ①予約する  
※各予約電話番号は、割引参加券送付時に案内します  
②割引券を渡し、体験料金を支払う  
※但し参加者1人に対し1枚しか使用できません

**申込方法** ジョイメイトしまねHPから  
下記コースよりひとつ選択



**申込締切** 令和5年6月5日(月)  
※応募者多数の場合抽選し、当選者のみ発送いたします。  
※抽選結果は6月9日以降、ホームページで確認できます。

## A シーカヤック

オプション  
サバイバル海カフェ



「シーカヤックでないと行けないジオパーク絶景ポイントにお連れします。  
3人乗りカヤックを2艇準備、ガイドが同乗しますので、初心者でも安心です。  
希望者には、オプションの「サバイバル海カフェ」詳細はかたゑ庵HPをご覧ください。」

**体験期間** 令和5年6月15日～12月15日  
※シーカヤックコース(120分)の体験出発時間は1日2回【10:00/13:00】

**体験料金** 3,500円/お一人様  
(通常料金6,000円/お一人様)  
※ヘルメット他レンタル品付  
●セットオプションで、サバイバル海カフェは別途3,000円/一人

**所在地** 松江市美保関町片江396(かたゑ庵)

## B SUPスタンドアップパドルボード



ハワイで生まれたスタンドアップパドルボード。  
今やマリナクティビティでなくてはならない存在です。  
SUPは遊び方、楽しみ方もいろいろ。まるで海の上を歩いているような未体験感覚を味わうことができます。  
バランス感覚や全身トレーニング、シェイプアップにお勧め!

**体験期間** 令和5年6月15日～10月31日  
※初めての方でも気軽にレッスンが受けられます  
(但し、スタジオ空き状況によりご希望通りに行えない場合があります。  
必ずご予約ください)

**体験料金** 2,500円/お一人様  
(2時間半の通常料金5,000円/お一人様)  
(価格はすべて会場使用料、税込)  
※ボード、パドル、ライフジャケット他基本レンタル品付

**体験地** 北浦海水浴場(松江市美保関町)

### 新規割引指定店のお知らせ

新たに加わりました。どうぞご利用ください。

※他の割引券との併用はできません。  
※その他詳細割引券内容は、店舗へご確認ください。

**フォレストアドベンチャー・たたらの里**  
島根県雲南市吉田町吉田2330

**対象者** 会員とその家族

**TEL** 090-9001-3214  
**営業時間** 9:00～17:00(最終受付15:00)  
**定休日** 不定休

キャノピーコース ..... 200円引き  
アドベンチャーコース  
・スタンダードプラン ..... 300円引き  
・エキサイトプラン ..... 400円引き

**東洋医学整体 fanfanリラクゼーション**  
島根県松江市雑賀町1423

**対象者** 会員のみ

**TEL** 0852-40-9255  
**営業時間** 10:00～21:00  
**定休日** 火曜日

〈東洋整体〉  
通常60分 6,000円  
(東洋オイルマッサージ)  
通常60分 6,800円  
(中国式マッサージ)  
通常60分 5,000円  
(中国式アロマトリートメント)  
通常60分 6,000円  
アカスリ +2,000円

全て 5%OFF

**一般財団法人 島根県婦人会館**  
島根県松江市中原町19番地 (HP)https://fujinkaikan.or.jp/

**対象者** 会員のみ

**TEL** 0852-23-8181  
**営業時間** 8:30～17:15  
**定休日** 土・日・祝日 12/28～1/3

会議室利用に 500円割引



地産地消事業 話題商品を会員特別価格にて

～「こだわりの粒あん・こし餡」を使用した少し贅沢な朝食を～

創業明治5年の**坂根屋**（出雲市）より

## 『いずもヌリアンとラスク』セット

あんに使用されている出雲産出雲大納言小豆は、味が濃く粒が大きく栄養価も高いことがわかっています。北海道産小豆と比較しても価格は3倍の高級品です。

### セット内容

- 最高品質の出雲産大納言小豆を家伝製法で粒を活かし風味豊かに練り上げた【出雲産大納言粒あん】
- 斐川町産いちご濃厚な酸味のボイセンベリーを合わせ、白あんベースの【出雲斐川いちごと出雲ボイセンベリー】
- 出雲産の蓬菜柿（ほうらいし）という特産のイチジクを使い国産檸檬（れもん）の酸味を加えた【いずもイチジク】
- 小豆のうまみを最大限引き出すため、出雲大納言を皮ごとすりつぶし、国産蜂蜜を加えた【出雲産大納言こしあん】  
※以上4つの味のいずもヌリアンは1個150g入り
- 国産原料使用どらやきの皮をひとつひとつ手作りで丁寧に仕上げた、サクサクでフワッ【どらやきラスク】7枚入り

会員  
特別価格

2,100円 (税・送料込)

通常価格 3,815円 (税・送料込)

200セット  
限定

※ただし、おひとり様1セットとさせていただきます

申込対象 会員のみ

申込締切 令和5年6月5日(月)

発送方法 6月中旬より事業所宛、随時発送(平日着)

申込方法 ジョイメイトしまねHPより  
お申し込みください。

※申込者多数の場合は抽選し、当選者のみ発送いたします  
※当選の確認をしたい方は、締切日の翌々日以降事務局までお問い合わせください  
※抽選結果は6月9日以降、ホームページで確認できます。



写真はイメージです

坂根屋各店の  
おいしい“あんトースト”が、  
話題になっています



おとなりの地産地消  
【島根県西部編】

提供

ますちーぼ  
(益田市)

益田市は西日本でも美味しいメロンが作られることで有名な産地です。

日本有数の河川があり日照量が多く、メロン栽培に最適な益田より

メロンは収穫後に追熟（常温においておくと果肉が柔らかくなり甘くなっていく現象）する果物♪

「追熟することで、さらに甘味や香りが増します」

大好評!

アムスメロン一箱

(3～5玉入り5kg) 【保存方法】 常温  
【食べごろ】 商品発送日の3～5日後です

会員の皆様に、特別価格にて!

会員  
特別価格

3,500円 (税・送料込)

通常価格 5,800円 (税・送料込)

限定 300セット

※ただし、おひとり様1セットとさせていただきます

申込締切 令和5年6月1日(木) 必着

応募方法 ジョイメイトしまねHPより

※お申込み多数の場合は抽選し、当選者のみ発送いたします。  
※当選の確認をしたい方は、6月8日以降に事務局までお問い合わせください。  
※当選者はホームページからも確認できます。

発送開始 入荷次第、平日着で事業所へ随時発送(お届け時間は14時～16時に限定)





# ジョイメイト推奨ツアー



ツアー No.31-71-20

## 1

DAY

徳島

ナイスデーツアー

話題の美術館 大塚国際美術館と  
豪華 阿波三味アオアナナルリゾートランチバイキング

日帰り

出発日 2023年 7月1日 土・15日 土

旅行代金		会員・同居家族料金		一般料金(お一人様)	
大人	小人	大人	小人	大人	小人
14,500円	12,600円	18,000円	16,000円		

**補助対象** 会員及び同居家族

**食事** 昼食1回

**募集人員** 各**40名** (最少催行人員18名)

定員になり次第締め切らせていただきます。また、最少催行人員に満たない場合、ツアーを取消させていただきます場合がございます。



【真珠の耳飾りの少女】

**《行程》** JR出雲市駅 → JR松江駅 → **大塚国際美術館** → **アオアナナルリゾート(昼食)** → JR松江駅 → JR出雲市駅

6:10発 7:00発 世界26か国の西洋名画約1,000点 18:30到着 19:20到着

※添乗員:同行します。 ※バスガイド:同行しません。 ※出雲市駅~松江駅、国道9号線沿いのバス停等で乗降可能です。 ©運行バス会社:一畑バス、仁多観光

ツアー No.31-70-05

## 3

DAY

北海道

JALで行く ベストシーズン

富良野ラベンダー畑・フラワーガーデン美瑛と  
旭山動物園 3日間

2泊3日

出発日 2023年 7月10日 月

旅行代金	会員料金	同居家族料金	一般料金(大人お一人様)
4名様1室大人1人	86,900円	87,900円	99,800円
3名様1室大人1人	91,700円	92,700円	104,800円
2名様1室大人1人	96,600円	97,700円	109,800円

**補助対象** 会員及び同居家族 **食事** 下記行程表参照



**募集人員** **30名** (最少催行人員18名)

定員になり次第締め切らせていただきます。また、最少催行人員に満たない場合、ツアーを取消させていただきます場合がございます。

**《行程》** 出雲空港 → 羽田空港 → 新千歳空港 → 旭山動物園 → 層雲峡温泉 朝陽亭泊(泊) → ホテル → 展望花畑・四季彩の丘 → 白金青い池 → (昼食) → ファーム富田 → 札幌市内(車窓) → 札幌市内 札幌センチュリーロイヤルホテル(泊) → ホテル → 札幌市中央卸売市場・場外市場(買物) → 大倉山展望台 → 小樽(昼食) → 新千歳空港 → 羽田空港 → 出雲空港

7:45発 9:10発/10:30発 12:05着 18:00着到着 色とりどりの花が織り交ざるフラワーガーデン 不思議なほど美しい青色をたええる池 17:00到着 夕食は自由夕食 札幌市内眺望 小樽湾海辺自由散策 16:00発 17:35着/18:25発 19:50着

※食事回数:朝食2回・昼食3回(1日目は弁当+お茶)・夕食1回 ※添乗員:同行します。 ※バスガイド:1日目新千歳空港~3日目新千歳空港まで同行します。 ©利用交通機関:日本航空、あつまバスまたは一畑トラバールサービス契約バス会社

お申し込み お問い合わせ先  日帰りで世界の空まで **一畑トラバールサービス** 観光庁長官登録旅行業597号-IATA公認・JATA正会員 ナイスデーツアーセンター  0120-333-556 松江市千鳥町24 松江一畑しんじ湖ビル2F (9:30~17:30/土・日・祝・年末年始休業)

ツアー No.31-71-21

## 1

DAY

岡山

岡山「白桃狩り」と  
教育の殿堂 閑谷学校

日帰り

出発日 2023年 7月30日 日

旅行代金	会員・同居家族料金	一般料金(お一人様)
11,600円	15,000円	

**補助対象** 会員及び同居家族

**食事** 昼食1回

**募集人員** **30名** (最少催行人員15名)

定員になり次第締め切らせていただきます。また、最少催行人員に満たない場合、ツアーを取消させていただきます場合がございます。

**《行程》** 出雲市駅北口 → 宍道/ベル → 松江駅南口 → 一畑バス本社(駐車場あり) → 閑谷学校 → 備前焼窯元見学 → 瀬戸内(昼食) → 赤磐/桃狩り → 一畑バス本社 → 松江駅南口 → 宍道/ベル → 出雲市駅北口

7:00 7:25 7:50 8:00 18:30 18:40 19:10 19:40

★バスガイドがご案内 ★バスでも安心トイレ付 大型バス利用 ©運行バス会社:一畑バス

ツアー No.31-71-22

## 1

DAY

広島

MAZDA Zoom-Zoomスタジアム広島  
広島対巨人戦 野球観戦ツアー

日帰り

出発日 2023年 8月5日 土・19日 土

旅行代金	会員・同居家族料金	一般料金(お一人様)
内野2階指定席	8,700円	11,500円
3塁側パフォーマンスシート	8,200円	10,500円

**補助対象** 会員及び同居家族

**食事** なし

**募集人員** 各**40名** (最少催行人員30名)

定員になり次第締め切らせていただきます。また、最少催行人員に満たない場合、ツアーを取消させていただきます場合がございます。

**《行程》** 出雲市駅 → 松江駅 → 三刀屋IC → 三次東Jct → 広島球場(広島vs巨人観戦) → 三次東Jct → 三刀屋IC → 松江駅 → 出雲市駅

12:00 13:00 13:35 16:00頃 18:00試合開始-指定席で試合終了まで観戦をお楽しみ下さい 23:00頃 翌0:00頃 0:35頃 1:30頃

※添乗員同行します。 ■旅費に含まれるもの:交通費・内野2階指定席又は、3塁側パフォーマンスシート・旅行傷害保険料・添乗員経費 ©利用/バス会社:出雲観光/バス ※上記日程表は最新の料率をもとに作成しておりますが、交通機関の都合によって発着時刻の変更が生ずることがございます。 ※雨天中止の場合は、当社規定に基づき返金致します。(野球観戦券は全部、他は中止決定の確約が入った時間により異なります) ※マツダスタジアムでの広島東洋カープ主催試合においては、NPB新型コロナウイルス感染症予防対応マニュアルに沿った感染症対策を実施いたします。

お申し込み お問い合わせ先 島根県知事登録国内旅行業第2-88号 **一畑バス株式会社** TEL.0852-20-5202 松江市西川津町1656-1(営業時間/平日9:00~17:20) 東京都知事登録旅行業第2-7745号 **国際医橋株式会社 島根営業所** TEL.0853-25-7201 出雲市北町北854-3 出雲観光ターミナル内(営業時間/平日9:00~18:00)

## 日帰りツアー・泊付きツアーの申込み方法

①会員は、「ジョイメイト推奨ツアー申込書」に必要事項を記

注1)補助対象は、「会員と同居家族」のみです。 注2)推奨ツアー出発日に会員であること

お知らせ

掲載ツアーについて、全国旅行支援の対象ツアーは各旅行会社にお問い合わせください。

ツアー参加条件

身分証明書提示やコロナワクチン接種証明書又は陰性証明書が必要です。ワクチン接種回数等詳細は旅行会社にお問い合わせください。



**1 DAY** ツアー No.31-71-23

**島根**  
マイカープラン 玉造温泉まち歩き”と日帰り松乃湯「花かご膳」日帰り入浴付プラン  
※期間中、毎日出発

**日帰り**

**出発日** 2023年5月19日金～6月30日金  
※申込期限は出発日を含め5日前まで

会員・同居家族料金		全国旅行支援割適用料金		一般料金(お一人様)	
大人	小人	大人	小人	大人	小人
3,300円	3,100円	4,800円	4,560円	6,000円	5,700円

※しまねっこペイの付与は、お一人様平日2,000円分、休日1,000円分の付与となります。

**補助対象** 会員及び同居家族  
**食事** 昼食1回  
**募集人員** 各50名 (最少催行人員1名)

定員になり次第締め切らせていただきます。また、最少催行人員に満たない場合、ツアーを取消させていただきます場合がございます。

**《行程》** ※現地集合【松乃湯/10:45】  
各地 → 玉造温泉まち歩き”旅館”松乃湯「花かご膳」と日帰り入浴プラン → 各地  
マイカー 10:45～11:30 11:30～14:00 マイカー

※この旅行は現地「松乃湯」にて係員が対応します。



**1 DAY** ツアー No.31-71-24

**鳥取**  
日本最古恋物語の地「白兔神社」と海鮮網焼き「大漁づくし御膳」  
**日帰り**

**出発日** 2023年6月18日日・7月1日土

会員・同居家族料金	一般料金(お一人様)
5,900円	8,100円

**補助対象** 会員及び同居家族  
**食事** 昼食1回  
**募集人員** 各40名 (最少催行人員25名)

定員になり次第締め切らせていただきます。また、最少催行人員に満たない場合、ツアーを取消させていただきます場合がございます。

**《行程》** 松江灘町車庫 → 松江駅南口 → 日本最古の恋物語の地「白兔神社」 → 砂丘センター「海鮮網焼き・大漁づくし御膳」(昼食) → かねまさ浜下商店 → お菓子の壽城 → 松江駅南口 → 松江灘町車庫  
8:30 8:50 10:50 11:45  
12:00 13:20  
13:35 14:10 15:30 16:00 16:45 16:50

※発熱などの体調不良の場合、旅行の参加をお断りすることがあります。  
※その他の対策は「新型コロナウイルス感染症予防対策ガイドライン」に基づき対応しています。  
※この旅行は添乗員が同行します。◎運行バス会社:日本交通株式会社



お申し込みお問い合わせ先 島根県知事登録2-7号 全国旅行業協会会員 **日本交通旅行社** TEL.0852-23-3703 松江市東朝日町278-3(営業時間/8:30～17:30 定休日:土・日・祝日)

**1 DAY** ツアー No.31-71-25

**兵庫**  
人気コース 専門店で食べる「神戸牛」と南京町散策  
**日帰り**

**出発日** 2023年6月18日日・7月29日土

会員・同居家族料金	一般料金(お一人様)
12,700円	16,500円

**補助対象** 会員及び同居家族  
**食事** 昼食1回

- 神戸牛の前菜 ●神戸牛のお寿司 ●神戸牛の逸品
- 兵庫県産新鮮野菜のフレッシュサラダ ●神戸牛赤身ステーキ(60g)
- 兵庫県産有機米のご飯、香の物 ●シェフ特製のスープ
- 季節のデザート ●食後のコーヒー

**募集人員** 各25名 (最少催行人員18名)

定員になり次第締め切らせていただきます。また、最少催行人員に満たない場合、ツアーを取消させていただきます場合がございます。

**《行程》** 城山西駐車場 → 松江駅南口 → 神戸牛 吉祥吉本店(昼食) → 南京町・元町各自散策 → 松江駅南口 → 城山西駐車場  
7:40 8:00 12:15 16:15 20:30 20:45

◎運行バス会社: 松江市営バス



**2 DAY** ツアー No.31-70-06

**和歌山**  
世界遺産「高野山」とパンダと出会う「アドベンチャーワールド」  
**1泊2日**

**出発日** 2023年6月23日金

会員料金	同居家族料金	一般料金(お一人様)
36,800円	37,800円	45,000円

**補助対象** 会員及び同居家族  
**食事** 下記行程表参照  
**募集人員** 25名 (最少催行人員18名)

定員になり次第締め切らせていただきます。また、最少催行人員に満たない場合、ツアーを取消させていただきます場合がございます。

**《行程》** (2名様1室)

日	時間	行程	食事
6/23	6:40	城山西駐車場 → 松江駅南口	
	7:00	松江駅南口 → 岸和田SA(昼食各自)	朝×昼×夕○
6/24	14:00	宿 → 高野山 数珠屋四郎兵衛(昼食)	朝○昼○夕×
	15:00	高野山奥の院 → 松江駅南口 → 城山西駐車場	

◎運行バス会社:松江市営バス



お申し込みお問い合わせ先 島根県知事登録旅行業第2-13号 全国旅行業協会会員 **松江市交通局 観光係** TEL.0852-60-1113 松江市平成町1751番地21(観光係営業時間/平日9:00～17:45)

# PR & PRESENT

## 宣伝／プレゼントコーナー

### マリエ・やしろ(株) やしろメイト

TEL 0852-59-3536 営 10:00~18:00 休 毎週火曜  
住 松江市東朝日町150-26



(20歳~45歳 独身男女)

- やしろメイト松江店  
松江市東朝日町150-26  
0852-59-3536
- やしろメイト松江北店  
松江市西浜佐陀町330-1  
0852-61-1350
- やしろメイト出雲店  
出雲市高岡町7-1  
0853-23-1713

【お近くの店舗へご相談＆お問合せください】

やしろメイト 検索

### 婚活やしろメイト

結婚決定報告1300組以上突破!  
(2001年~2023年5月末)  
地元プライダル企業、マリエ・やしろ  
による山陰の独身男女のための「出  
会いの場」です。  
新しい出会いをやしろメイトで見つ  
けませんか?20~45歳の独身の方、ま  
たは適齢期のお子様をお持ちのご両  
親様もお気軽にご相談ください!ご相  
談は無料にて承ります。

バンブーボレロ (@2,200円)  
(うす緑色×4枚・白色×3枚)  
※色は指定できません。

7名様にプレゼント!!



※展示品の商品につき、少し箱や商品に  
汚れがある場合もあります。

### 亀嵩温泉 玉峰山荘

TEL 0854-57-0800

住 奥出雲町亀嵩3609-1 休 年中無休



●館内各施設営業時間のご案内		◎日帰り温泉
日帰り入浴	10:00~20:30 (20:00最終受付)	中学生以上:700円
家族風呂(1,500円 45分・2室)	10:30~20:30 (19:30最終受付)	3歳~小学生:400円
レストラン 檜	昼 / 11:30~14:30(LO14:00)	◎客室 / 20室
	夕 / 17:30~20:00(LO19:30)	★ジョイメイトしほね会 員は入浴料金100円 引きです。
麵処しゃくなげ(軽食)	平日 / 12:00~17:30(LO17:00)	
	土曜 / 11:30~19:30(LO19:00)	

#### ●天降石サンドバス(砂風呂)のご案内



天降石サンドバスは、天然鉱石  
をベースに直径3ミリの球状に  
加工したセラミックを加温し浴  
槽に敷き詰め、全身をその中に  
埋める「砂温」とも言えます。  
体の老廃物を取り除く効果が  
期待できます。

#### ●家族風呂(ひのき・岩2室)のご案内



家族風呂は大人3名  
がゆったりと浸かれる  
ほどの広さで檜と岩  
の2タイプがありま  
す。お子様からご年配  
の方まで、安心して利  
用できます。

◎ご利用料金:3,100円(1回30分/砂風呂時間は15分)

★ジョイメイトしほね会員は利用料金500円引きです。

◎ご利用料金:1,500円(45分間)

サンドバス・家族風呂は電話予約も承ります。上記電話番号までお気軽にどうぞ。

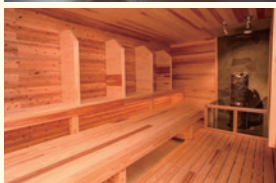
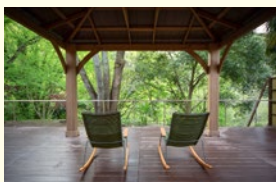
天降石サンドバス(砂風呂)券 平日限定利用  
(3,100円)

5名様にプレゼント!!

### 山陰トップクラスサウナ 天然温泉の宿 四季荘

TEL 0853-72-6525 営 6:00~9:00(朝風呂のみ)、10:00~21:30(通常営業)  
休 不定休 住 出雲市斐川町学頭1369

サウナは本場フィンランド式ロウ  
リュウサウナで一時間毎にオート  
ロウリュウを実施。定員12名で  
上段は日本初の  
セパレート構造  
です。個人空間が  
感じられる本格  
のサウナです。



四季荘で何でも使える商品券 (@2000円)

5名様にプレゼント!!

### 松江エクセルホテル東急

レストラン「MOSORO(モソロ)」

TEL 0852-27-3160 営 7:00~21:30(LO.21:00) 休 年中無休(変更の可能性あり)  
住 松江市朝日町590

### ランチbuffe開催中!

お造り、肉料理、揚げ物、サラダ、デザートなど  
20種類以上の料理食べ放題と、ソフトドリンク飲み放題!



LINE公式アカウント  
お得な情報を記信中



【営業日】毎日営業  
※感染状況により変更になる可能性があります。  
【営業時間】  
11:30-14:00(LO.13:30)90分制  
【料金】 <平日> <土日祝日>  
大人 1,800円 2,000円  
小学生 900円 1,000円  
3~5歳 600円 600円  
3歳未満 無料 無料  
※会員証ご提示で割引あります。

ランチbuffeペア食事券 (2,000円×2人)

3名様にプレゼント!!

新型コロナウイルス感染症を考慮し、  
プレゼント内容を変更する場合がございます。

### プレゼント応募方法

プレゼントコーナーはWeb応募となりました。  
応募はお一人様一点に限らせていただきます。



ジョイメイトしほね

検索

締切:6月6日(火)必着

### 5月号当選者発表 当選商品は5月末までにお届け致します。

- 松江エクセルホテル東急より ランチbuffeペア食事券3名様
- メテオプラザより リラックスルームご利用券ペア5名様
- タクワサイクルより シマノ ディバッグ1名様
- マリエ・やしろ様より クロスフォー ネットレス1名様

当選者はホームページに掲載させていただきます。[事業所番号・会員番号]

# チケットあっせんのご案内

ジョイメイトしまねのホームページからお申込みできます。

## お申込み方法

「ジョイメイトしまね」のホームページからお申込みください。  
 ◇申込み締切後のキャンセルはできません。 ◇お席の指定はできません。

※申込み多数の場合は抽選し、当選の方のみご連絡します。※先着順ではありません。  
 ※当選者は、「ジョイメイトしまね」の6月12日以降ホームページから確認できます。  
 ※ジョイメイトしまねからチケットと郵便振替用紙を送付します。お近くのゆうちょ銀行にて振り込みください。

### 1 東京バレエ団 子どものためのバレエ 「ドン・キホーテの夢」

日 時 2023年 8月8日 開演19:00 (開場18:15)

料 金 全席指定 ※3歳以下入場不可  
 大人 3,500円 (通常5,000円)  
 高校生以下 1,400円 (通常2,000円)

会 場 島根県民会館 大ホール

申込締切 2023年 6月7日(水) お届け期間 6月下旬

※本公演の新型コロナウイルスに関する告知は、島根県民会館ホームページで行います。公演前ならびに公演終了後2週間程度は、適宜ホームページのご確認をお願いします。



©Kiyonori Hasegawa

お申し込みは お一人様 2枚まで 50枚限り

### 2 南こうせつ 南こうせつコンサートツアー-2023 ~夜明けの風~

日 時 2023年 9月30日 開演17:00 (開場16:15)


料 金 全席指定 5,300円 (通常7,500円)

会 場 島根県民会館 大ホール

申込締切 2023年 6月7日(水)

お届け期間 6月下旬

※本公演は、政府および各自治体の新型コロナウイルス感染拡大予防ガイドラインに則り、コンサートを開催して参ります。



お申し込みは お一人様 2枚まで 50枚限り

### 3 中国地方初開催! 光と音に包まれる体験型アート 旅する光の切り絵展 ~くうそうって、まほうだよ~

日 時 2023年 7月15日 開場10:00 (開演10:30) ~ 8月27日 閉場19:00 (開演18:30)

料 金 大人 630円 (前売り900円)  
 小人 (3歳以上高校生) 280円 (前売り400円)

※最新情報は「旅する光の切り絵展」公式サイトをご覧ください。

会 場 鳥取県立夢みなとタワー 1階多目的ホール

申込締切 2023年 6月7日(水) お届け期間 6月下旬

お申し込みは お一人様 4枚まで 50枚限り




### 6 堀川遊覧船

料 金 1,000円 ※大人(中学生以上)のみ (一般料金 1,500円)

申込締切 2023年 6月7日(水)

お届け期間 6月中旬

お申し込みは お一人様 5枚まで



### 7 ぐるっと松江 レイクライン 1日乗車券

料 金 大人 420円 (一般料金 520円) 小人 210円 (一般料金 260円)

※大人は中学生以上、小人は小学生以下です。  
 ◎1日に限り、ぐるっと松江レイクラインに何回でも乗降できます。

申込締切 2023年 6月7日(水) お届け期間 6月中旬

お申し込みは 1種類につき お一人様 5枚まで



↓こちらはジョイメイト推奨ツアーの専用申込書です。↓ ◎旅行会社受付: 5月12日(金)より開始

## 「ジョイメイト推奨ツアー」申込書

ご希望の旅行にチェックを入れて担当の旅行代理店に直接FAXしてください。

各旅行代理店に直接FAXして下さい

1 DAY 日帰りツアー  
2 DAY 泊付きツアー

6月号

- 徳島 1 DAY 話題の美術館 大塚国際美術館とアオアヲナルリゾート 豪華 阿波三味ランチバイキング 一畑トラベルサービス FAX 0852-21-0258
- 北海道 3 DAY 富良野ラベンダー畑・フラワーガーデン美瑛と旭山動物園 3日間 一畑トラベルサービス FAX 0852-21-0258
- 岡山 1 DAY 岡山「白桃祭り」と教育の殿堂 関谷学校 一畑バス FAX 0852-20-5201
- 広島 1 DAY MAZDA Zoom-Zoomスタジアム広島 広島対巨人戦 野球観戦ツアー 国際医橋株式会社 FAX 0853-53-6020
- 島根 1 DAY 玉造温泉まち歩き”と松乃湯「花かご膳」 日帰り入浴付プラン 日本交通旅行社 FAX 0852-27-8197
- 鳥取 1 DAY 日本最古恋物語の地「白兔神社」と海鮮網焼き「大漁づくし御膳」 日本交通旅行社 FAX 0852-27-8197
- 兵庫 1 DAY 専門店で食べる「神戸牛」と南京町散策 松江市交通局 FAX 0852-60-1126
- 和歌山 2 DAY 世界遺産「高野山」とパンダと出会う「アドベンチャーワールド」 松江市交通局 FAX 0852-60-1126

●参加者が多数で記入欄が足りない時は、記入欄の下(欄外)のスペースにご記入ください。

事業所名	事業所番号	事業所電話番号	事業所ファックス番号		
ツアー案内書送付先		ツアー案内書送付先〔〇印〕	乗車場所		
〒		自宅・事業所・その他			
No	参加者氏名	会員番号	会員との続柄〔〇印〕	連絡先電話番号	ツアー出発日
1			本人・同居家族(大人・小人)		月 日
2			本人・同居家族(大人・小人)		月 日

# 新規加入事業所

5月1日加入

- 〈松江市〉・東洋医学整体fanfanリラクゼーション
- ・(株)キユー ・(一社)八雲会
- ・(協組)島根県土質技術研究センター
- 〈出雲市〉・(有)アサヒ技研工業
- 〈隠岐の島町〉・(有)ケーティーエス
- 〈海士町〉・海士ダイビングサービス
- ・Guild Base (同)

ジョイメイトしまねの加入状況 (2023年4月1日現在)

事業所数 **2,091** 会員数 **29,582**

2023年度毎月定番企画

6月に誕生日をお迎えの方、

おめでとうございます。

お申し込みいただいた方の中から

**クオカード(500円分)**

**抽選で500名様にプレゼント!!**

- 申込方法 ホームページからお申込みください。
- 申込締切 2023年6月7日(水)
- 申込対象 6月生まれの会員
- 当選確認 6月12日(月)以降にホームページにてご確認ください。

## 事務局より Information

6月1日追加加入 異動・退会の届出は、**6月5日(月) 必着!!**  
 期限までに提出できない場合は、必ずジョイメイトしまねまでご連絡ください。

新規に入会される 事業所の受付は **5月31日必着**

ガイドブックを今年度より 廃止いたしました。

割引指定店の検索並びにサービス内容は ホームページをご利用ください。

事務手続きマニュアル訂正

32ページ 歯科健診・治療費補助金申請書 11行目 (誤) 事業主名 → (正) 事業所名

ジョイメイトしまね専務理事の異動

就任 森原 透 退任 黒田 研治

お願い

慶弔給付金の請求書をご提出される際は、記入もれや添付書類の不備等が無いようご確認の上ご提出願います。また、事由選定日を過ぎてからご提出をお願いします。

職場で ちよつと 3分

No.3

## 心と体の 健康管理

講師 土江正司

一心塾主宰。  
 インド政府公認ヨーガ教師、臨床心理士、  
 山陰中央新報文化センター講師。

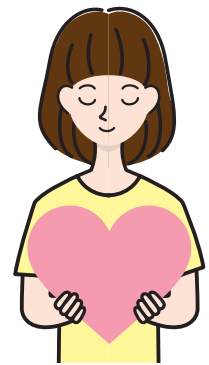


心身の健康は心がけ次第。時間がなくても、職場でも、家庭でも、簡単にできますよ。さあ、きょうから実践開始! 続けることでからだも気持ちも楽になり、職場が明るくなりますよ。

## 丁寧に、確実に。生活動作でマインドフルネス!

普段何気なく行っている一つ一つの動作に、注意深く心を込めることを「マインドフルネス」といいます。大手IT企業などでマインドフルネス研修が導入されて、業績アップやメンタルヘルスに効果を上げています。

例えば歯磨きのとき考え事をしながらではなく、「今この歯を磨いている」ということに集中します。すぐに心が散漫になってしまう私たちの脳の癖を修正することができます。階段の上り下りも一步一步足の感覚を意識してみましょう。靴やスリッパを脱ぐときも良い練習です。いろいろな場面で練習はできそうですね。次第にすべての動作が優美になり、生活の質も変化していきますよ。



## 2023年度 学ぶ理由は十人十色。放送大学であなたの希望をかなえてください。 第2学期(10月)入学生募集

- 放送大学は入学試験のない通信制の大学です。
- 約300科目の中から学びたい科目だけでも学べます。
- 大学を卒業し、学士(教養)の学位を取得できます。

入学説明会・相談会の時間は、お電話でお問い合わせください。

◎入学説明会・相談会 ●松江会場：6/25日・8/6日・9/3日 ●出雲会場：7/9日・8/27日

出願期間

第1回 2023年 6月10日(土)~ 2023年 8月31日(木) 第2回 2023年 9月1日(金)~ 12日(火)

お問い合わせ・資料請求先について 【募集要項を無料で送ります。】

放送大学 島根学習センター

〒690-0061 松江市白瀧本町43(スティックビル4F)  
 TEL 0852-28-5500 FAX 0852-28-1800  
 放送大学本部ウェブサイト <https://www.ouj.ac.jp> 閉所日 月曜・祝日