

### 強い日差しにご用心!?



4月に、「確定申告お疲れ食卓会」が開催されました。食卓中のところに、撮影依頼をしてパチリ!!  
みんな、笑顔で答えてくれました。



お食事会!



こんにちは。ふと気付けば、あっという間に桜が散り、すっかり新緑の色が濃くなってまいりました。過ごしやすい気候となりましたが、皆さまいかがお過ごしでしょうか?

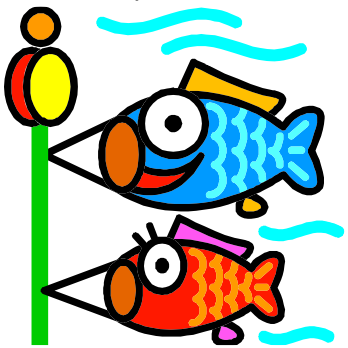
私は、暖かい(暑い?)気候の中、前号で予告(!?)したとおりガーデニングを楽しんでいます。最近では、お気に入りの藤が見事に開花しました。今年は、昨冬の剪定がうまくいったようで、たくさん花をつけました。植えたばかりの頃は、怖くてなかなか枝を切れなかったのですが、どうも思い切って切った方が、綺麗に咲くようです。

鉢花の方も、花がら摘みをしっかりしたのがよかったのか、順調に咲き続け、日々、「うちの庭も、なかなかいい感じになってきたな~」と、自画自賛しております(笑)

しかし、これからガーデニングをやるうえで油断できないのが紫外線!?!日に日に強くなる日差しに、日焼けが気になってきました。先日、「少し焼けた?」と聞かれ、(迂闊に焼けない年令ゆえに)内心ドキッとしました(苦笑)

紫外線が降り注ぐ量は、4月頃から上昇し、5月頃にはかなり多くなります。紫外線の悪影響といえば、シミ!!また、肌細胞を傷つけるので、肌の弾力を奪って、シワやたるみの原因にもなります。さらに、肌へのダメージだけではありません。体全体の免疫機能も低下させます。美容はもちろんのこと、健康のためにも、紫外線対策は必要ですね。

汗ばむような日があったかと思うと、肌寒い日があったりと、とかく不安定な季節です。くれぐれもご自愛下さい。(樋口真紀)



5月、今年は所内に鯉のぼりが登場しました。昇り鯉です(笑)



階段です。子供の大きさを伝えるため、職員と比較してみました(笑)

玄関です。両親は大きすぎて入らなかったため、小型で代用となりました(笑)



職員からの借用物です。

4月、今年も事務所の周辺にたくさん桜が咲きました。今年、近所に桜並木を発見!お昼休みに散歩に出てみたのですが、予想以上の綺麗さで大満足でした。



税理士法人

〒510-0892 四日市市泊山崎町13-3

059-349-1151

FAX 059-349-3211

E-mail info@yotsuba.com  
URL http://www.yotsuba.com/

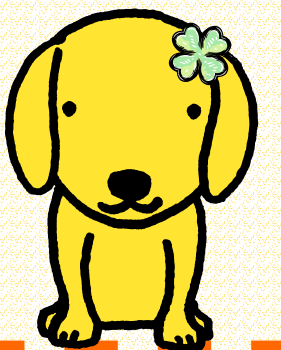
### お客様の声、大募集!!

“よつば通信”はいかがでしたでしょうか? これからいろいろな企画で盛り上がっていきたく思いますので、よつば総合事務所についてのご意見・ご感想をお聞かせください。いいこと・悪いこと、どんなことでも結構です。  
是非、あなた様の声をお聞かせください。



### お客様紹介キャンペーン実施中

2006年4月1日~9月30日の期間、  
“よつば(^)スマイルキャンペーン”を実施させていただいております。あなた様のまわりで、会計処理や申告に悩んでみえる方や、新たに会社・お店を始められる方、相続・贈与の処理、税金についてお困りの方はみえませんか?  
そのような方がみえましたらご紹介ください。ご紹介いただいた方には、図書カード(5,000円分)をプレゼントいたします。







『さんって、どんな人かしら??』  
見た目だけではわからない...  
実は...な部分を探ります!!

# よつば人物解体新書⑭

Question  
大橋さんってどんな人??

第14回目の犠牲者は大橋さんです!!  
今回も事務所のみんなに聞いてみました。

所内で一番若い!!

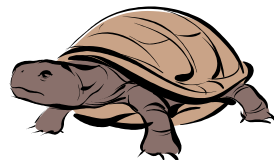
-若くていいなぁ~(^^)という意見が、  
多数出てました(笑)笑顔が可愛い(^^)



今月のヒットNo.1

お笑い好き!!

-長州小力のマネがうまいらしい!?たまに「キレテナイデスヨォ~」  
と、言っています(笑)



本人より一言

若葉の美しい季節が参りました。皆様には、日頃から大変お世話になっております。  
今回、人物解体されます、大橋佳世子と申します。私が入社したのは、よつば通信創刊第一号の時でした。  
自分の番が回ってくるのはまだまだだと思いましたが、時がたつのは早いものです。  
さて今回は、我が家のロミオ(イシ亀の雄)を紹介したいと思います。やっと冬の眠りからさめ、エンジン始動です。  
我が家に来たのは15年ほど前、私が小学生のころでした。家に来たころは、卵サイズ、今は手のひらサイズ。  
15年たったわりにはあまり大きくなっていません。基本的に何でも食べるのですが、飼い主に似ず食がほそいよう  
です(笑)ロミオは、亀に似合わずとても活発です。昔は、水槽のへりに手をかけ腕の筋力でよじ登り、よく脱走した  
ものです。そのたび、腰を低くしながら探し回りました。(のんきなもので、ほとんどの場合は庭で寝ていましたが(ノ^ノ))  
あまりにも脱走するので、水槽の高さを高くしてやりました。それでも、首をのばして外に出たそうなので、時々外に  
出して甲羅干しをさせてやります。段々暖かくなってきた近頃は、甲羅干しもうれしそうです。私がお嫁に行くとき  
には、是非、嫁入り動物として連れていきたいと思ひます。  
こんな私ですが、これからもよろしくお願ひいたします。(大橋佳世子)

はじきり、さわやか!  
-自分の意見をしっかりと述べている人です。  
よつばは、その性格を大切に思っています。  
是非、お話しください。

責任感がある。  
-お願いしたことは最後までしっかりとやってく  
れる頼もしいおじいちゃん!  
しかし、タイマは続かないらしい(笑)

“よつばち”です。  
私の特別なお花(お客様)  
を紹介しします。

## よつばち倶楽部



とてもアットホームで、入りや  
すい美容院です。  
女性はもちろん、男性の方も、  
気軽に入れますよ。  
技術もバッチリ!!いつも思い  
通りに仕上げてくれます。

DE-CODE  
(ディー・コード)

〒510-0829  
四日市市城西町4-28  
TEL 059-350-8281  
<http://www.de-code.jp/>

よつばち倶楽部に出演してくださ  
るお客様を募集しています。  
ご希望の方は担当者までお知らせく  
ださい。  
応募多数の場合は、順次掲載させ  
ていただきます。

## でいこおど。 DE-CODE



menu

カット(シャンプー、ブロー込)	¥4,000
カラー(シャンプー、ブロー込)	¥5,000~
パーマ(シャンプー、カット、ブロー込)	¥9,000~

その他、詳しくは<http://www.de-code.jp/>をご覧ください。

~Men's Time~  
平日(火~金)夕方5時以降は、  
男性に限りご優待!

~Lady's Time~  
平日(火~金)お昼1時~3時に  
予約の女性に限りご優待!

カット、カラーのみ ¥500 off  
パーマ、カット&カラー ¥1,000 off

DE-CODE (ディー・コード)  
四日市市城西町4-28 059-350-8281 (要予約)  
松本街道、北伊勢上野信用金庫 常磐出張所の隣です(昭和シェル石油の奥)

受付時間 平日 AM 10:00 ~ PM 7:00 カラーでも、パーマでも、  
日曜 AM 10:00 ~ PM 5:00 この時間まで受付ます。

定休日 毎週月曜日

## 5秒でできる簡単動作で下腹ポッコリを撃退!!

年をとるとともに気になってくるのが、ポッコリと出てしまった下腹。お洒落な着こなしができなくなったり、だらしく見えたりするなど、見た目がよくないだけではない。重大な病気にもつながるのだ。  
肥満は放っておくと猫背になり、便秘や肌荒れ、冷え性、腰痛など、さまざまな症状を引き起こす。さらに悪化させてしまうと、高血圧、動脈硬化、糖尿病、大腸がんなど多くの生活習慣病を招く危険性があるのだ。  
下腹ポッコリの中身は脂肪と思われがちだが、それだけではない。その3大原因は、おなかの筋肉がゆるむ、内臓下垂、骨盤がゆがむという現象が複合して起こる。

### 《簡単エクササイズ》

1. 背筋を伸ばしてイスに座る。下腹を手で強く押し、息を吸いながらお腹をおもいきりへこませる。
2. そのままの状態、背中を丸めてへそを覗き込むようにしながら口から「ふー」と4秒間息を吐く。
3. 最後のひと息は鼻から「ふん」と勢いよく吐き出す。

暴飲暴食をせず、普段から食生活に気を使うことも大切。甘いもの、脂っこい物はできるだけ避け、さらに腹筋運動をするとプラス効果が期待できる。高血圧や大腸がんにならないためにも3つの簡単な動作を毎日繰り返し、下腹ポッコリを解消しよう。

以上、環境・福利委員会でした。