



株式会社 ミクライフ

# MIKULIFE STYLE

ミクライフ  
スタイル〔 VOL. **11** 〕

2023.07.01 発行

お役立ち情報をはじめ、ミクライフのこと・雑学・日々の生活を勝手に情報発信！

## 受賞報告 年間MVP受賞

先日、所属する保険会社の代理店総会に参加して参りました。昨年度の表彰式もあわせて行われたのですが、その際なんと！

ミクライフが年間MVP受賞！！こんな立派なトロフィーが届きました！これも日頃頑張ってくれているスタッフ、関係先の皆様、そして何よりご愛顧頂いている契約者の皆様のおかげです！皆さまに感謝申し上げます。今後ともミクライフをよろしくお願い致します！

株式会社 ミクライフ  
代表取締役 迫 徹郎



迫 徹郎

Kikuyo's soliloquy /

## 迫 希久代の ちょっと独り言

虫でガン検査って！！



皆さん、今、日本人で一番多い病気って、知っていますか？  
そうです！2人に1人はなると言われている病気、「癌（ガン）」です。  
この病気、何が怖いって、めちゃめちゃ痛いそうです。  
痛いのが苦手な私は絶対になりたくないので、予防に力を入れたり、年に一度はがん検診に行っています。  
でも、検査って面倒じゃないですか？  
そこで、おすすめが「線虫検査」。なんと、虫がガンを見つけてくれるんです！！  
検査も簡単！痛くも痒くもない、尿検査なんです。詳しく知りたい方は、ぜひわたし、迫 希久代まで連絡ください。  
みんなで早期発見で、がん撲滅です！！  
「おしりかじり虫♪♪」では、ありません！  
(古いかも(笑))



迫 希久代

## ミクラ塾 開講！

お金の育て方  
教えます！

- 開催日：2023年7月 1日(土) 10:30~12:00  
7月29日(土) 10:30~12:00  
8月 5日(土) 10:30~12:00  
8月26日(土) 10:30~12:00

- 参加費無料・各3名限定
- 場所：株式会社ミクライフ会議室
- 講師：ファイナンシャルプランナー 迫 希久代

人生100年時代を生きる私たちには、お金の「増やし方・使い方・守り方」が必要です。5年後、10年後を損をしないために、今、一緒に勉強しましょう♪今話題のiDeCoやNISAにも繋がるお金のお話を分かりやすく教えます。

★勉強後に、美味しいお菓子とお飲み物が出ます♪お申込みお待ちしております。

## ちょっと ヒトコト

先日、事務所の目の前にドン・キホーテさんがオープンしました！オープン初日から凄い人手で、朝から夜まで盛り上がっています。(私自身は外から眺めるばかりでまだ行けていないのですが...)賑やかになりましたが、交通事故やトラブルも発生しそうで少し心配...先日も道路状況が混雑している中に救急車が通り、通過できたものの時間がかかって大変そうでした。弊社及び近隣にお越しの皆様は、交通事故には十分お気をつけてお越しください。

## 新型コロナウイルス感染予防対策継続中！



株式会社 ミクライフ

〒895-0067 鹿児島県薩摩川内市上川内町4078-6  
TEL / 0996-23-8868 FAX / 0996-26-0666  
URL / <https://mikulife.jp/>



WEB サイトはこちら インスタグラムはこちら

地域情報

ワン エイト ジム  
**ONE EIGHT GYM**  
食生活改善プログラムやってみた！

いつもの食事で  
**痩せる体**に  
変わる！

ダイエットでこんな失敗ありませんか？

- ダイエットが長く続かない。
- 痩せてもすぐリバウンドする。
- 痩せたいけど運動は苦手。

オンライン  
食事指導サービス  
食トレみっちゃん

1ヶ月 お試しコース	3ヶ月 スタンダードコース	6ヶ月 ロングコース
月額 35,000円	月額 35,000円	月額 25,000円

ONE EIGHT GYM

- 薩摩川内市大小路町 12-20
- 電話番号：0996-24-8818



MIKULIFE STYLE を見た方限定！ 3 カ月コースでお申し込みの方はなんと月々1万円割引！ QR コードからお申込み下さい！

薩摩川内市内のONE EIGHT GYMさん所属・大脇トレーナーが行っているプログラム、その名も「食トレみっちゃん」。トレーニングではお世話になっていますが、食生活は大変じゃない？と思っていましたが、大脇さんの熱意に負け3週間やってみる事に…。その結果は！！

**3週間でマイナス3.1kg達成！**  
外食やコンビニが多いので、難しいと思っていましたが、食べられるメニューや、注意ポイントを教えてくれたりと、非常に勉強になりました。食生活改善と聞くと、あまり食べられないんじゃないの？とストレスを感じそうですが、実際にはいろいろ食べられる！

期間終了後も独自に継続中ですが、ちょうど1か月でトータル4.3kg減！夏の健康診断に焦らずに済みそうです(笑)

3か月コースやロングコースもあり、体調・体質に合わせて指導してくれるので安心！ダイエットやボディメイクをお考えの方、ぜひお問合せ下さい！



熱中症 予防のために



暑い日が続きますが、夏バテなど、体調は大丈夫ですか？  
ちなみに私は暑さには強い方です！(寒さにはめっっぽう弱いですが…笑)  
今回は熱中症予防・対策について、お伝えしたいと思います！  
(参照:厚生労働省HP)

熱中症にならないために



外出時には日傘や帽子を着用



保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やす



こまめに水分・塩分などを補給

熱中症の症状にはどんなものがあるか？

めまい、立ちくらみ、大量の発汗 →  
症状がすすむと… 頭痛、嘔吐、倦怠感、判断力低下

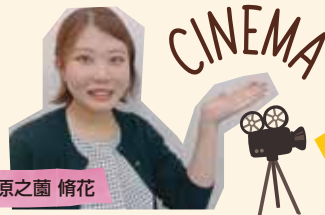
もし熱中症かもと思ったら…

- \* エアコンが効いている室内や風通しのよい日陰など涼しい場所へ避難
- \* 衣服をゆるめ、からだを冷やす(首の周り、脇の下、足の付け根など)
- \* 水分・塩分、経口補水液などを補給

△自力で水が飲めない、応答がおかしい時は、  
ためらわずに救急車を呼びましょう！



予防・対策をして、  
皆さんで夏を乗り切りましょう！



久しぶりに映画を見に行ってみよう

皆さんは名探偵コナンを見たことがありますか？ 私はコナンの小学生な部分と事件を解決するときの高校生探偵な部分のギャップが小さいころから凄く好きでコナンが蘭姉ちゃんを守る場面は特にキュンキュンしてしまいます♡

今回は【黒鉄の魚影(くろがねのサブマリン)】を見に行きました。

映画では、予告編であるようにコナンが哀ちゃんを守るシーンがあるのですが、本当は蘭と新一推しなのに、コナンと哀ちゃん推しになりました(笑)  
阿笠博士も自分の子供のように哀ちゃんを大切に思っていて涙なしには観られない映画でした。  
見に行っていない方のためにネタバレはここまでにしておきます(笑)



名探偵コナンクイズ？

江戸川コナンと灰原哀が飲んで体が小さくなった薬はなんでしょう？  
(答えは右下にあります！)  
皆さんわかりましたか？

コナン好きの方は是非一緒にコナントークしましょう!!

答え:アポトキシン(APTX)4869