

坂之上支店だより



みなさん、こんにちは!!

いつも、坂之上支店をご利用いただきありがとうございます。11月になり、朝晩は少し寒くなってきました。昼間は暑かったりと寒暖差が激しく体調不良になる方が多いようです。みなさまお体にお気をつけお過ごしください。

※ 季節の変わり目の寒暖差渡方の対策!

5つの対策

1. 体を中から温める (温かい食事をとる)
2. 体を外から温める (ぬるめのお湯にゆっくりつかる)
3. 体を軽く重くかす (ウォーキングなどをする)
4. ゆっくりと深い呼吸を行う (腹式呼吸などを行う)
5. 腸内環境を整える (ヨーグルトや納豆などを食べる)

よりそうキャンペーン   

令和6年7/1 ~ 令和7年4/30まで

マイカーローン
最軽減後金利

年 1.1%

教育ローン
最軽減後金利

年 1.3%

リフォームローン
最軽減後金利

年 1.4%



レグ⁰⁰ランゴ⁰⁰ゴルフ

令和6年9月25日(水)に、ふれあいスポーツランドにてJA鹿児島みらい年金友の会グランドゴルフ大会が開催されました。天気がとてもよく夏のような暑さのなか、みなさん元気ハツラツにプレーしていました。奮闘の結果、岡本公チームが3位で、景源チームが4位で入賞しました。おめでとうございます。

新入員紹介

初めまして、坂之上支店に西に属されました寺師 徹文です。慣れないことかもしれませんががんばりますのでよろしくお願ひします。

