



# すういーとだより

4号  
2009.7

こんには、大井交番となり  
の**スイート・にしおか**です。  
暑くなってきましたね。  
いかがお過ごしでしょうか？  
先日、私もは、久しぶりに  
人間ドック（健康診断）に行っ  
てきました。



**健康診断**  
の前日は  
検査食で、  
朝食は  
白がゆと  
卵あんこ  
麩だけのお味噌汁。  
昼食はゼリー状の飲み物ひとつ。  
夕食はポテトスープのみです。  
間食用にビスコ3個・グレープ  
ゼリー3個・エネルギー補給飲料。  
味の方は？？、朝食の時点で  
トイレに駆け込みました。想像  
におまかせします。懐かしのビス  
コがとっても美味しく感じました。  
さらにその日はエアコンの取付  
工事に追われる1日でしたが、

お腹に力が入らず、えらく疲れたと  
言って帰ってきました。

当日は朝8時15分から始まり  
終わったのは夕方6時過ぎでした。  
一番苦痛だったのは、胃と腸の中  
を空っぽにするための下剤でした。  
1、8時のポカリスエット風の飲み  
物を1時間かけてゆっくりゆっくり  
飲んだのですが、下剤は下剤！！。  
直後からトイレ通いが始まり・・・  
何回いったことやら？

その後の検査では、  
麻酔により痛みなどは  
感じませんでした。  
私は麻酔がききすぎ、  
ぐっすり寝込んでしま  
い記憶がありません。



検査結果の方も、特に何もなく  
まだまだカンバレる・・・。  
元気だ、病気などしない！  
と思ってる方も、元気がカンバル為  
に一度総点検してみても・・・。

## お知らせ エコポイントについて

### エコポイントの交換対象商品決定

#### \*商品券・プリペイドカード

- ・ICOCA（JR西日本）など  
公共交通機関のカード
- ・全国共通図書カード  
（全国図書普及）
- ・「Edy」（エディ）など電子マネー
- ・各地の地域型商品券など

#### \*地域型商品券

- ・郵便局のふるさと小包
- ・メルメゾン全国グルメ便(千趣会)

#### \*環境配慮製品

- ・MOTTAINAIキャンペーン
- ・エコナミセ（エコノス）



※交換申請は7月1日からです。当店でも取り扱っています。