

# 婦人会だより

婦人会会長

田中英子

今年度は、各町の会員のみな様のお骨折りで「うつべ自慢の郷土めし」誕生、すばらしい冊子もできました。文化祭、ウォーキング大会と出番も、無事成功に終わることが出来ました。

会員みなさまの、ご協力に感謝申し上げます。  
ありがとうございました。



副会長

山中千代子

脳の活性化には、「覚えて 思い出す 笑う」という行為が、最も効果的だそうです。色々なことを学び覚えて、学んだことを思い出して役立てたり、人とふれあって笑ったり、本年度は特に「カフェサロン、郷土めし」などが加わり、人との関わりが多かった年度でありました。婦人会活動で、自然に脳が活性化されているのですね。ありがとうございました。

会 計

佐藤純子

役員の皆様に支えられ、無事に一年終わることが出来ました。いろいろな行事に参加させていただいた中、皆の力・団結力・助け合いの大きさを感じました。そして、そこに参加できたことに役員さん、会員さん、家族、職場の人に感謝したいです。一年間有難うございました。



会計監査 藤田つや子・永田律子

あっという間の一年だったように思います。皆さんとともに、いろいろな仕事に参加して、一人ではできなかったことでも大勢が寄るとできることを改めて感じました。協力するということが大事ですね。会計監査の仕事も無事に終わることができました。とりわけ会計の佐藤さんのお陰です。皆さん、ありがとうございました。





福祉部 三田村ひろ子・太田悦子・坂崎直江

時がたつのが早く、振り返ってみると、役員さんと時間を共にした日が多く、地域活動に皆さんと力を合わせ、頑張って参加させていただきました。その中でも、文化祭で伝統料理「うつべの郷土めし」を作るお手伝いをし、よい経験をしました。

楽しい思い出がいっぱい、一年間ありがとうございました。



人権 堀 須美子

今年もご協力ありがとうございました。人権といっても様々な人権があります。日々の生活ではあまり考えることはないかもしれませんが、時には家庭で話し合ったり、人権の行事に参加してはいかがでしょうか。



広報 堀 列子

新しいメンバーで4月からスタート、あっという間に一年の行事を終え、新しいメンバーによる「婦人会だより」が3回発行できました。毎年恒例行事の中に今年

は、「うつべ自慢の郷土めし」忙しい毎日でしたが、とても充に積み上げられている実績、他うれしくなります。会長を始め一人ひとりの協力の結果であると思います。



を作ることになり、お料理や踊りに実し楽しく三月を迎えました。确实地区からの高い評価を耳にすると、とする役員の方々、また会員皆様一

「婦人会だより」の原稿、一年間ご協力ありがとうございました。



南小松 山中とし子・小林てる代



さすが南小松婦人会、みな様の熱い思いで存続

できました。4月ゴキブリダンゴ作りに始まり、いくつかの行事を進めました。特に29年度は、文化祭の郷土めしの振舞いには、懐かしい思い出の味、報恩講汁の大根が忘れられません。勉強しながらの活動、幸せな年でした。会員のみな様、ご協力ありがとうございました。

北小松 堀 須美子・堀 列子



一年間ありがとうございました。今年も色々な人との出会いがあり、楽しい行事にも参加させていただきました。会長さんはじめ、役員の方々の奉仕の精神には頭が下がります。今年には特に文化祭やウォーキングで重要な役割を果たし、内部地区についての婦人会パワーを皆さんに知っていただけたのではないのでしょうか。益々のご発展をお祈りいたします。

貝 家 中川美恵子・上杉 真



うつぶ自慢の郷土めしや子供クッキングに参加して、本部役員の皆様、婦人会会員の皆様にお料理を教えてください、一緒に調理してとても勉強になり、楽しい一年でした。

皆様との出会いに感謝と尊敬の気持ちでいっぱいです。



采女南部 坂崎直江・永田律子



一年間いろいろな行事がありました。参加できなかったこともありましたが、皆さんに助けていただき無事に過ごすことができました。前日から下ごしらえをして、コトコト煮込んでいただいた「報恩講汁」の味は忘れることができません。

一年間本当にありがとうございました。

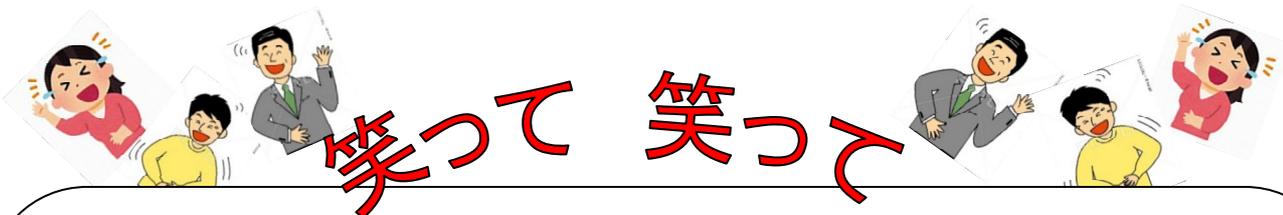
小古曾

藤田富士子・三谷陽子

一つ一つの行事をする中で、何もわからない私たちでしたが、内部婦人部の方々に優しく教えていただき中で緊張や不安も吹っ飛んでいき、会うたびにつながりもでき、楽しく一年を過ごすことができました。又、改めて「婦人会の意義」を、婦人会活動するうえで考えることができ、内部地区の中で続けていく切さを感じさせてもらう一年となりました。会長さん、本部役員、会員の皆様のご協力のお陰で無事終えることができることを感謝しております。ありがとうございました。



大



まだまだ寒い日が続いています。皆様は毎日健康に気を付けていらっしゃると思います。私は、笑うことが元気の源と信じ、普段から楽しいことを探しています。テレビ番組では、「吉本新喜劇」「越路吹雪物語」NHK 朝のドラマ「わろてんか」は、必ずビデオ収録。夕飯を摂りながら楽しんでいきます。「笑う」ということが、免疫力を高めると医学界でも語られています。最近、私が聞いたお話の中に、「笑う動作を繰り返していると、顔の表情筋、声帯、胸筋、腹筋などが鍛えられる。これらは呼吸に使われる筋力でもある」ということでダイエットに成功した人もいます。これは、「笑いヨガ」といい、婦人会の副会長も以前の婦人会だよりで紹介されていました。ラジオ体操の後で、「ホッホッハハハ」と笑うだけで、糖尿病や高血圧予防にもなるというのです。嘘みたいでしょう！でも、筑波大学出身の大平哲也先生の研究データも紹介されているから嘘ではないでしょう。皆さんも大いに笑って人生楽しく送りましょう。（K. H）