

今年度もあと2ヶ月になりました。組合員活動も元通りになりつつあります。福音寺集会所での活動を復活させる動きが出ています。お近くの方、いろんな年代の方が集まって楽しい事始めませんか？ まずは体操教室を考えています。興味のある方はもう少しお待ちください！



第14回「ええもんめっけ市」

今日は2/20(火)10時開店です

売り場が外なのと、売り人は高齢者が多いので、ほんとうに大変ですが、寒くても、店を開けます。ええもんをめっけに来てください。

*余剰品を提供して下さる方、当日10時までにお願います。当日の持ち込みが無理な方は、前日までに地域事業課搬入をお願いします。

*雨天の場合だけは中止します。

買い物袋をお持ち頂くと助かります！

☎976-5638 地域事業課

今日は何する？集まって始めよう

<あーちゃん班>

毎月第1日曜日10時～ 京美容室

<みゆき班> すこやか体操

毎週水曜日10:00～ 北久米分館

2/21 健康チェックします

<久米団地班>いろいろ体操

毎週金曜日13:30～ 団地集会所

<クローバー班>ノルディックウォーク

毎週月曜日と木曜日に歩いています。

<文学を語る会>

1月30日は、今年の大河ドラマにちなんで平安時代を代表する二大女流作家の作品を百人一首から選び、057 紫式部と062 清少納言について勉強しました。歴史上の人物の知らないことを沢山教えて頂きました。毎回勉強になります。次回は2/20 14:00 からです。

☎976-5638 地域事業課まで

<あきこさんち>

2/7 は午後からゲームとビンゴ大会です。

初めての方、お申し込みは地域事業課までお願いします。お気軽にご参加ください。

参加費 100 円です。次回は3/6です。

<サニーマート青空健康チェック>

2/26 は、お知り合いを誘ってお買い物ごてら

月1回の健康チェックにお越しください。前回の記録を持参の方、毎回参加の方もおられます。お気軽にどうぞ！

<おしゃべり会>

不定期の開催になりました！

<歌って踊る班>

不定期開催で、次回は未定です。



「文学を語る会」の…

紫式部 “めぐりあひて 見しやそれとも わかぬ間に
057 雲がくれにし 夜半の月かな”

(久しぶりに再会でできた幼友達が、過ぎ去った昔を心ゆくまで懐かしみあう暇もないうちに帰って行った…)

※「源氏物語(54巻)」を夫の死後から書き始め、約9年かかって完成させた紫式部。平安時代を代表する世界最古の長編小説作家ですが、約800にも及ぶ和歌も詠んでいます。

清少納言 “夜をこめて 鳥のそらねは はかるとも
062 よに進坂の 関はゆるさじ”

(夜の明けないうちに鶏の鳴きまねで人を騙そうとしても関所を開けた園谷関の人のように、私は騙されません(逢いません))

※日本初の本格的随筆「枕草子」を執筆した清少納言。現代にも通ずる機知に富んだ話題が散りばめられ、千年以上の時を超えて、読む人を楽しませてくれます。

◆よくライバル視される二人ですが、宮廷で働いていた時期がずれているので、面識はなかったようです。



【職場だより】

私の健康づくり

昨年の夏、突然右腕が上がらなくなり、整形外科を受診して、リハビリを勧められました。定期的に

リハビリに行くと徐々に腕が上がるようになり、自宅でも教わったストレッチをすると効果があります。

リハビリをサボると腕が上がらなくなる!! その時、リハビリの重要性を実感しました。

リハビリ(ストレッチ)で、どこの筋肉を伸縮させるのかを意識しながら、今日も自宅でストレッチを継続

中です。

地域事業課 林