



小岩ほほえみの会だより

23年7月号

第63号(7月号)

発行日 23年7月7日(木)

発行元 広報部

前月6月活動

- 活動日:6月2日(木)12時~14時 ●小岩区民館
- 食事:復興支援応援弁当
- レクリエーション:若返り健康体操 パート2”
小岩健康サポートセンター
理学療法士 小島 妙子さん 担当(喜友名)



復興支援応援弁当



いただきます~す



背筋を伸ばして!



見事な手づくり装飾

当月7月活動

- 活動日:7月7日(木) 12時~14時 ●小岩区民館
- 食事:冷や麦、天ぷら盛り合わせ、和え物、デザート。
- レクリエーション:“七夕お楽しみ会”

山元さん、木村さん
(担当:寺木、山谷)

活動を終えて

.....心をこめて.....

6月は“復興支援応援弁当”というタイトルで、心をこめて作りました。被災地の食材を取り入れることにより、少しでも支援に繋がると思い、関係機関から購入し、郷土料理に繋がりました。

宮城県.....秋刀魚のつくだ煮風
.....仙台ちらし
.....かまぼこ(白松がモナカ本舗)
.....おくずかけ

岩手県・宮城県..しそ巻き
福島県・茨城県..その他の野菜

(喜友名 典子)



ほほえみのわ

..まだまだお世話になります....

この会のスタートからお誘いいただいて5年。もう数十回もお世話になっているのですね。毎月スタッフの皆様方が工夫をこらし、心をこめてご準備下さることに心から感謝致しております。

季節に合わせたおいしい献立や楽しい催し、会場いっぱい飾られた花々。この会で親しくさせていただいた方々とのふれあい、私の心はいつも満ち足りた思いです。まさにその名の通りほほえみがこぼれます。まだまだお世話になります。よろしくお誘いいたします。(石井 みき)



.....今自分にできることは何か!.....

小岩ほほえみの会も5年を過ぎ、初回から楽しみに参加させていただいております。6月の復興支援応援弁当は被災地の食材にこだわりお献立され、未だに不自由な生活をされている現地の方々に思いを馳せ、一口一口味わい深くいただきました。



私の友人が仙台の若林区に住んでおり、今回の災害では高速道路をはさんで何とか津波を免れました。

ようやく連絡が取れた時、彼女は終戦後の試練を乗り越えてきたのだから、今度も近所の皆で助け合って、何とか元気で頑張っていると聞き、思ったより明るい声に安心すると同時に現地の人達の和の素晴らしさを痛感いたしました。3ヶ月が過ぎてもまだ多くの人達の避難生活が続いています。一日も早い復興を心よりお祈り致します。これから夏に向けて一層の節電が問われています。クールビズ、クールグッズ、サマータイム等見聞きますが、大切なことは、今自分に何が出来るか、もう一度考えて暑い夏を乗り切りたいと思います。(田辺 芳江)

7月誕生者

祝 おめでとうございます!

- 金沢 勝子 (7月2日)
- ◎飯淵 喜美子 (7月5日)



次回は9月1日

- 日時:9月1日(第1木曜日)の予定です。
- 食事:お楽しみに! ●レクリエーション:南京玉すだれ他 町田さん (担当:喜友名)

ひと言

来月8月は休会です

連絡先 喜友名 (TEL/FAX 03-3657-6215)