



小岩ほほえみの会だより

24年12月号

第78号(12月号)
発行日24年12月6日(木)
発行元 広報部

前回11月活動

- 会場:小岩区民館
- 活動日:11月1日(木)12時~14時

- 食事:炊き込みご飯、ひじきの煮物、すまし汁、シュウマイ、漬物、マンゴープリン
- レクリエーション:“日本舞踊” 藤間 さかえさん
*長唄 賤の芋環 *京の四季 *一緒に盆踊り



工夫こらした献立



おいしゅうございます



和のあしらい”雅“



一緒に楽しく♪

当月12月活動



- 食事:クリームシチュー、サンドウィッチ、温野菜、りんご
- レクリエーション:
“手品” 町田 利夫さん、行川 富夫さん 担当(植草)
“合唱” コーラス・かりんの皆様 賛美歌、童謡
クリスマスソング他 担当(山元さん、寺木)

活動を終えて

…幸せと感謝の心で…

萩原さん、喜友名さん、鈴木さんを偲びご冥福をお祈りしながら踊りました。昨年踊らせて頂いた後今年に向けて「賤の芋環」のお稽古を始め奇しくも 静御前の義経を偲ぶ心と重なる思いがいたしました。

「京の四季」はやわらかく、はんなりと踊りたいのですが、力不足で、今後の課題でございます。来年に向けて精進して参ります。

今回も皆様の温かさに包まれ、幸せと感謝の心でいっぱいでございます。ありがとうございました。

<皆川 栄子>



ほほえみのわ

…お元気に早崎さんが…

先月、6ヶ月ぶり早崎さんが腰痛などを治されご出席下さいました。早崎さんが会場に入るやいなや一瞬どよめき、皆が歓迎の笑顔に……。
いつも10~15分で来る道を35分もかけて来られたそうで、そのお気持ちがとてもうれしく感動いたしました。



「お歳は？」の問いに「87たすとお(10)」とユーモアたっぷりのお答え。早崎さんのお元気の源は快活な笑い・快食・積極的な気持を持ち続けることなどとお見受け致します。すべて“長寿の方程式”に叶うお暮らしぶりにあるのかなとご推察致します。私達も大いに見習いあやかりたいものです。ますますお元気でお過ごし下さいませように！！



拔群な歌唱力♪

12月誕生者

祝 おめでとうございます！

- ◎徳田 邦衛(12月17日)
- ◎関口 節子(12月12日)
- ◎植草 良子(12月14日)
- 詫間幸子(12月28日)
- 佐藤律子(12月30日)



来年1月予定

☆お待ちしております☆

- 日時:1月10日(木) ● 受付:11:50 小岩区民館
- 会費:500円(食事代、行事保険料、活動材料費など)
- 食事:ちらし寿司、魚の照焼き、お浸し、すまし汁ほか
- レクリエーション:“相撲甚句” 小岩相撲甚句の会 担当(詫間、関口)

ひと言

いろいろありました今年も残り少なくなり、感慨深いものがあります。改めて元気を保つことが一番と思えます。和食は長寿食と最近よく言われることですが、永山久夫教授(食文化史研究家)の提唱によると「胡豆魚梅人茶」(ごまさかうめじんちゃ)のバランスの良い食事が 長寿の秘訣とか、他にも諸説があると思えますが…明るく、くよくよせず笑いのある年の瀬にしたいものです。
どうぞ良いお年をお迎えください。

<編集後記>

