

女性部会だより

No.331

令和6年年末号

JA豊橋女性部会

問合せ・お申込み
☎25-9225

運動教室《ストレッチ&筋トレ》

9月30日、本店で開催し16人が参加しました。ストレッチや筋トレの効果・方法を学ぶことを目的として、7種類のストレッチ、スクワットなどの軽い筋肉トレーニングをしました。レクリエーションでは2グループに分かれて椅子に座ったまま新聞で作った輪を足で隣の人に渡すゲームを行い、最後は、音楽に合わせてタオルを使ったストレッチで体をほぐしました。軽度の運動で楽しく汗をかき、リフレッシュできました。



陶芸教室

10月7日、「やきもの工房杉浦」で開催し11人が参加しました。各自、マグカップ、植木鉢、花瓶、箸置きなどを作りました。粘土で底を作り、側面をつけていきます。みなさん真剣に作業され、素敵な作品が出来ました。1カ月後の焼き上がりを待ち、作品を受け取りました。



ハンドメイド教室 (つまみ細工)

10月8日、本店研修棟にてつまみ細工で「もみじの壁飾り」を作りました。もみじの葉は赤、橙、黄緑のちりめんの生地を使って剣つまみを作り台紙の上で組み立てながら貼っていきました。飾りのパールや茎、飾り紐を貼りフォトフレームに入れて完成です。かなり時間はかかりましたが、素敵な秋の作品ができました。



第68回ええじゃないか豊橋まつり (総おどり)

10月19日、総おどりに参加しました。当日は雨が降ってしまいましたが、駅前大通りでJA豊橋女性部会のプラカード・旗を先頭に、女性部会員・職員約90人が踊りました。曲は〈豊橋音頭〉〈新・豊橋とんとん唄〉〈マツケンのおえじゃないかⅡ〉〈新・鬼まつり〉の4曲。松平健さん本人が登場し参加者はビックリ！1時間30分踊りきりました。



女性部会親睦旅行

10月29日、日帰り親睦旅行を開催し、59名が参加しました。滋賀県の彦根キャッスルリゾートで「近江牛鍋と湖国の味覚弁当」を堪能し、ラコリーナ近江八幡で焼き立ての生バームクーヘンを食べたりお土産を購入して楽しみました。参加者の方から「バームクーヘンがふわふわで美味しかった」と喜びの声を聞くことができました。



健康料理教室

11月6・7日に、研修棟調理実習室と石巻構造改善センターで健康料理教室を開催しました。JA厚生連管理栄養士の指導で、減塩洋風お洒落なワンプレートおせちをテーマに【キャラメルナッツの田作り】【蓮根と数の子のわさびマヨ和え】【鮭の昆布巻き】【ガーリックシュリンプ】【レンジでミニ煮しめ】【2色の芋きんとん】【オープンで伊達巻】を作りました。



ペットボトルキャップ寄付

10月31日、皆さまから寄付をいただいたペットボトルキャップを市民活動プラザへ届けました。重量はなんと約267kg。令和4年から始めた寄付は今回で5回目となり、合計741.5kgになりました。寄付したキャップはリサイクル資源として売却されその収益が寄付となりワクチンが購入され、ワクチンを必要とする世界の子どもたちへワクチン接種されます。ペットボトルキャップ2kgで1人分のワクチンと交換できます。寄付のキャップは、きれいに洗って乾かした物を最寄りの支店または組合員課までご持参ください。今後ご協力よろしくお願いします。



東三河フードバンクへの寄付

11月8日、前日に各事業所へ届けられた食品164品を収集し東三河フードバンクへ寄付しました。青果はミニトマト4.5kg、トマト14kg、チンゲン菜5.1kg、小松菜1.9kg、干し芋、柿24kg、精米41kgでした。市内の子ども食堂、児童養護施設、母子生活支援施設、必要とする個人家庭に配布されます。次回の持ち込み日は2月6日(木)各事業所で回収を受付します。ご協力よろしくお願いします。



※女性部だよりでの案内は、親子料理教室と健康診断募集を除き女性部会員限定の募集となっております。女性部会へのご加入は最寄りの支店で手続きを行ってください。(年会費500円、印鑑が必要です)