

女性会かべ新聞 9月号

女性が元気！ 地域が元気!!

Vol. 86

平成28年9月1日発行

発行／総合企画室 ふれあい広報課



した健康体操をおこないました。同誌に掲載されている「今日1日が楽になる！ おはヨーガ」の記事を教本として、肩が楽になるポーズや太ももを鍛えるポーズなど会員同士で確認しながら実施。各ポーズの実施回数は、会員らで決めて2～10回程度おこないながら、ゆっくりと身体の筋肉を動かしました。最後には、健全な身体づくりを心がけ、日常に「おはヨーガ」を取り入れることを呼びかけました。



この日は、「家の光」の記事を活用

三木連絡協議会
「家の光」記事を
活用した健康体操



小野連絡協議会
ブローチ作りに挑戦



この日は、同連絡協議会役員の指導のもと、パワーストーンをあしらったブローチを作製。代表者らは、ストーンを通したヒモとウッドリングを木綿の丸いヒモで結び、約2時間で色鮮やかなブローチが完成しました。

女性会加西連絡協議会（清水成子会長）のひまわり活動グループは8月17日、本店で料理教室を開き、会員20名が参加しました。



加西連絡協議会
魚と夏野菜を使った
料理教室を開催



ながら作業を進めました。参加した会員は「色合いがよく、さっぱりした味つけの料理なので、夏にぴったりでした。家でも作りたい」と話しました。

女性会一日体験

和菓子作り教室を開催します♪

開催日時／平成28年10月12日（水）

時間 9:30～（受付 9:00～）

場所／本店JA会館1階 料理教室

対象者／JA兵庫みらい管内在住の女性

募集人数／24名（先着順で、定員になり次第締め切ります）

持ち物／エプロン、三角巾、手ふきタオル、

きれいな布巾3枚、参加費 1,000円

申し込み期日／平成28年9月23日（金）

申し込み・お問い合わせ先／

総合企画室 ふれあい広報課（担当：小池）

☎0790-47-1279（受付／平日9:00～17:00）

※電話でお申し込みください。

ご都合でキャンセルされる場合は、10月7日（金）までにご連絡ください。

女性会企画

琵琶湖温泉で食す 地産地消会席と
紅葉の名所百選 湖東三山の一つ「西明寺」の旅

日帰り

実施日／平成28年11月24日（木）

旅行代金／14,800円（税込み）

募集人員／120名（最少催行人員35名）

参加資格／JA兵庫みらい管内在住の女性

最終締切日／平成28年11月4日（金）

（ただし、満員になり次第締め切ります）

添乗員／同行し旅程管理業務をおこないます。

集合場所／本店、小野営農生活センター

三木市久留美支店、志染町公民館

お問い合わせ先／☎0790-47-1279

総合企画室 ふれあい広報課（担当：小池）

管内各地（6:00～7:00頃）＝最寄IC＝（高速道）＝紅葉の名所百選 紅葉の名所「西明寺」（10:00～11:00）＝琵琶湖温泉『琵琶湖グランドホテル』地産地消会席をご賞味ください（12:30～14:30）＝鮎家の郷（お買い物）（14:50～15:30）＝（高速道）＝最寄IC＝管内各地（18:00～19:00頃）

※行程表の時間はあくまでも目安です。交通機関の都合により変更になる場合がありますので、ご了承ください。

あなたもJA兵庫みらいの組合員になってみませんか

JA兵庫みらいの組合員になれば、こんなお得なことがあります！

住宅ローンや自動車ローン・教育ローンなどの融資（要審査）が受けられます。

（株）兵庫みらいサービスのご利用が組合員価格になります。

系統組織の施設割引が受けられます。

出資配当金が受けられます。（出資配当は毎年度、剰余金の中からお支払いするもので、配当を必ずお約束するものではありません）

※組合員加入には、JA兵庫みらい管内に居住、または勤務されているなどの一定の条件が必要となります。

※ご加入の手続きなど詳しい内容については、当JA各支店窓口にご相談ください。

