

明日の家族を考える会 会報



第20号

2011年1月

・発行 明日の家族を考える会・会長 羽賀絃一 ・事務局長 中村厚子
・発行責任者・編集人 羽賀絃一 ・毎月1回発行
・事務局 〒659-0091 芦屋市東山町10-2-701 中村方 TEL. 080-6165-7011
FAX. 0797-23-2488 URL <http://wnw-ashiya.com>

1月度幹事会

○日時 2011.1.27(木)
19:00~21:30
○場所 中村邸

○出席者確認(敬称略) 安生、大脇、河村、中村、羽賀、楨本、宮本、守上、安井
以上9名

○配布資料 会報第18号(2010年11月)、会報第19号(2010年12月)
第10回公開学習会のチラシ

○報告事項

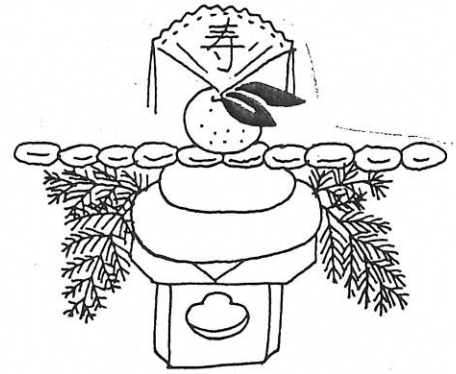
*事務局報告・中村事務局長

ウィザス協議会報告

当会の作業分担

- ・3月6日午前、午後の落語会の会場設営(暗幕、脚立、座布団、緋毛氈、出しもののめくり台などを準備する)
- ・共同作業の展示作業
- ・「ウィザスフェスタ2011」のポスターの市内の広報板に張る&撤去する作業の分担





*会計報告・・河村担当

後期会費の納入、ボランティアへのお礼を手渡す。

*HP報告・・大脇担当

5周年記念イベントの動画を掲載した。

*カルガモクラブ、バンビグループ、まちの寺子屋報告

- ・カルガモ、バンビ共に寒さのためか参加者が少ない。
- ・2011年1月25日(火)バンビグループは、兵庫県登録団体の人形劇団「おまけのおまけ」が来演し、人形劇、パネルシアターが行われた。
- ・2011年2月8日(火)バンビグループは、阪神南地域全体(芦屋・尼崎・西宮)の交流会を行い、「ほんとうにしてほしいおせっかいってな〜に?」について意見交換会を行う。
- ・2010年12月17日(金)まちの寺子屋はクリスマスとして行った。
- ・2011年1月28日(金)まちの寺子屋を開催する。

○審議事項

- ・ウィザスフェスタ2011における3月6日の当会の分担作業への参加要請出席者の確認(敬称略)大脇、河村、中村、榎本、守上
- ・共同作品の作成・・2月幹事会でも行う
- ・バザー用品の寄贈・・2月幹事会に持ち寄る
- ・当会のワークショップ・・3月8日 第10回公開学習会の開催に当たって
 1. 当会独自の広報活動としてこれまでの「中国少数民族シリーズ」への出席者へ案内の葉書を送る。・・中村さん、榎本さん担当
 2. 当日の司会は守上さんが担当する。

○全員で「笑顔」づくりに取り組む。

○次回幹事会

2011年2月24日(木)19:00~中村邸
前回に続き共同作品「笑顔」の作成を行う。



みんなで「笑顔」の作成をしました。

○1月の子育て支援活動

*カルガモクラブ 河村さん担当

第2・第4木曜日10:00~11:30

西蔵集会所

0歳~よちよち歩きまでの親子が対象です。手遊びや育児の悩みを先輩ママがサポートします。子育て仲間を作って育児を楽しみます。

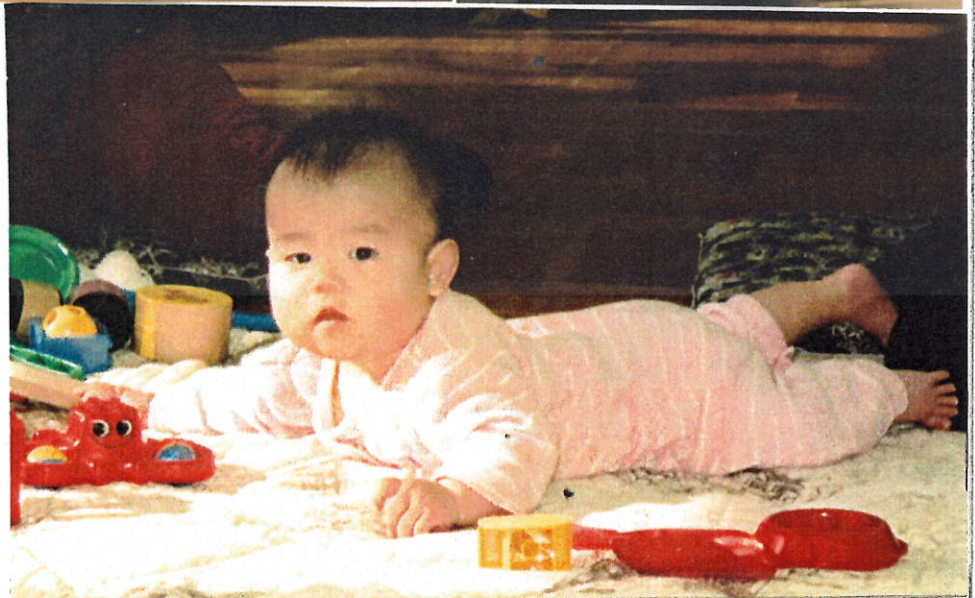


1月13日(木)は、**2組の親子**が参加されました。

参加 ボランティアは、辻原さん

27日(木)は、**5組の親子**が参加されました

参加ボランティアは、辻原さん、徳田さん







*バンビグループ・・・河村さん担当

第2・第4火曜日10:00~11:30 打出集会所

1歳~3歳の親子が対象

1月11日(火)は、**5組の親子**が
参加されました。

参加ボランティアは、徳田さん

25日(火)は、**12組の親子**
参加されました。

参加ボランティアは、曾我部さん、徳田さん



動物園へみんなで行こう



第2子もご機嫌です

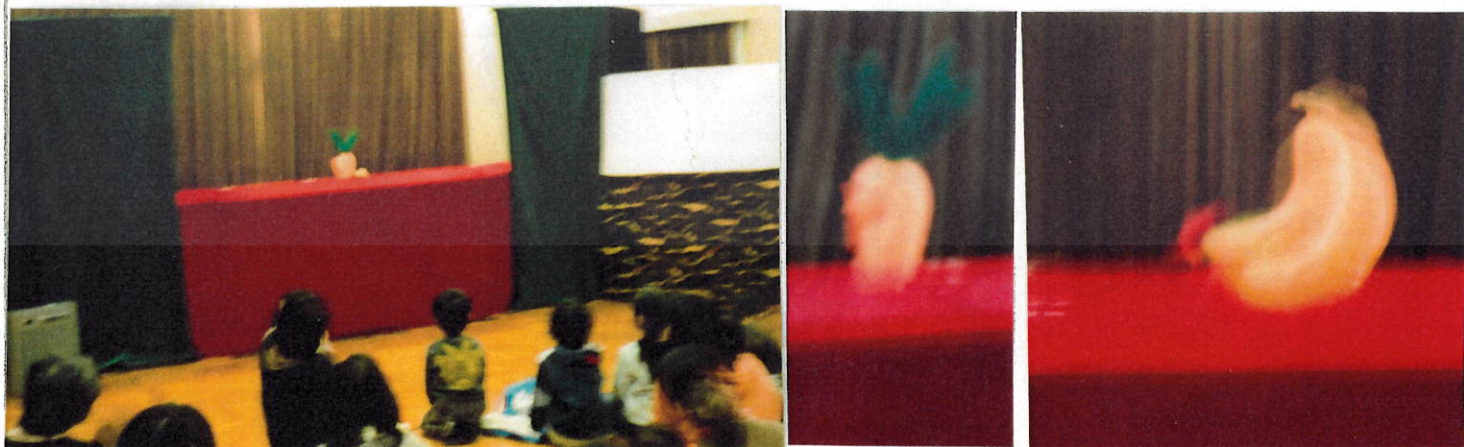


紙芝居:河村さん

○1月25日(火)は、人形劇のプロ「おまけのおまけ」2人に来ていただき、大型紙芝居やパネルシアターで子どもたちと遊んだ後、人形劇「腹ぺこアトムシ」を見せていただきました。
教室内に立派な舞台を設営して行われ、子どもたちもお母さん方も楽しんでいただきました。



パネルシアター



部屋の中に立派な舞台を設置して行われた人形劇

県民交流広場事業



1月28日(金) 15:30~17:00前田集会所にて ペットボトル活用のけん玉遊具づくりと影絵を楽しむ

まちの寺子屋は、幼稚園児、小学生を対象に毎月第4金曜日、15:30~17:00に前田集会所(前田町8-17)で開設しています。絵本の読み聞かせ、読書、紙芝居、いろいろなおもちゃ作りなどをして楽しく遊んでいます

今日の参加者は **4名(男の子2名・女の子2名)**

今日はペットボトルを活用してけん玉遊具をみんなで作りました。

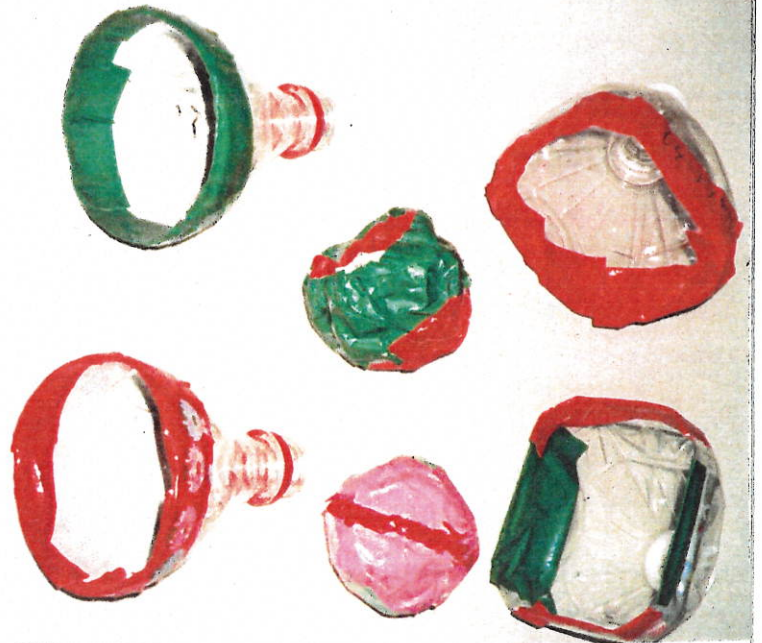
そして芦屋の民話、「花咲き山」、「かえる岩」の影絵を部屋の壁に映して楽しみました。最後は広い部屋に場所を移して、作ったけん玉遊具を使ってボウリングをしたり、キャッチボールをしたりして子どもたちと元気に遊びました。

ボランティアは、曾我部さん、正会員の参加は安生さん、河村さん、中村さん、羽賀さん



河村さん 安生さん 中村さん

←
曾我部さん



子どもたちの作品



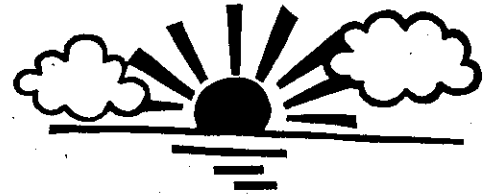
作ったけん玉遊具で愉快地遊ぶ



曾我部さん



安生さん



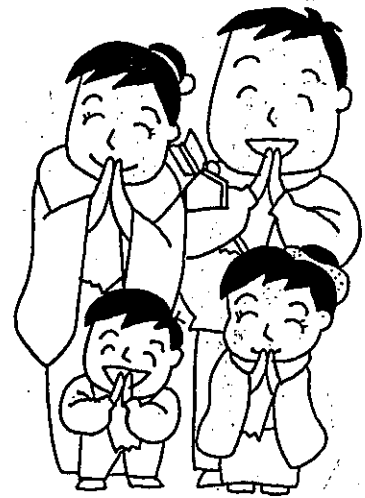
=知っておきたい知識=

新たな一歩・自分を元気づける言葉

新しい年がスタートした。気分を一新して新たな一歩を踏み出しましょう。
昨秋、日経が日経生活モニターを対象に、20～60代の成人男女1030人に対して
気分が落ち込んだときや自分を元気づけたいとき、どのような言葉を使うかを調べた結
果、上位15位まで下記のような言葉であった。

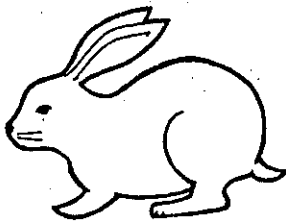
わたしたちも参考にして、元気な1年を過ごしましょう。

1. なるようになる、なるようにしかならない
2. まあいいか、気にしない
3. 人は人、自分は自分
4. 明日は明日の風が吹く(明日があるさ)
5. 時間が解決してくれる
6. こういうときもあるさ
7. 人生に無駄はない
8. 明けない夜はない(夜明け前が一番暗い)
9. 死ぬ訳じゃない。生きているだけで丸もうけ
10. なんてことないさ、大丈夫
11. 苦あれば楽あり
12. これが底なら、これからは上昇するのみ
13. 笑う門には福来たる
14. 人事を尽くして天命を待つ
15. 山より大きなイノシシは出ない



*自分を取り戻すための3箇条

- ①自分を肯定する
- ②明るく開き直す → 「自ら肯定、明るく笑顔を！」
- ③自分を追い詰めない



編集後記

習慣的に運動をしている人ほど病気になりにくいということが多くのデータで立証されている。健康のための運動は、種目にはこだわる必要はなく、「1日に30分程度」「週に3回以上」、自分の気に入った何らかの運動を続けることが健康増進につながる。

人間の身体は、絶えず動き回っていることで健康が保てるように出来ている。健やかなときも、病めるときも、運動は最新医療に勝ることを科学的根拠が示している。

新しい年のスタート、健康には十分に留意して、満足のいく一年にしましょう。

(羽賀)