



子ども達も一緒に作りました



昼食用、お土産用が完成です



胸の運動、息を一杯吸い込んでいるかな？

秋晴れの中、各地から20名の参加で研修大会が開催されました。開会式の後4班に分かれ、子ども達も参加して焼きそばとたこ焼きを作りました。事前に食材やパックなどを準備されていたので、皆さん手際よく調理を進めました。

昼食には皆さんで作った焼きそばとたこ焼き、豪華な仕出し弁当、そしてデザートの杏仁豆腐が並べられお腹も心も満腹になりました。

午後は、安達会長のご指導で「正しいラジオ体操」を学びました。一つ一つの体操の腕の振り方、腰

最後に、身体を使った研修会はとても楽しく和やかで、参加して本当に良かつたと思いました。

二を正しくできるようにも繰り返し練習をし、だいぶ習得出来ました。ただ、途中から肩の周りは限なくなりだるく、段々と腕が上がり

なりました。これから冬の季節、家中でも簡単にできる運動なので、これを機に続けられたらと思います。

秋晴れの中、各地から20名の参加で研修大会が開催されました。開会式の後4班に分かれ、子ども達も参加して焼きそばとたこ焼きを作りました。事前に食材やパックなどを準備されていたので、皆さん手際よく調理を進めました。

二を正しくできるようにも繰り返し練習をし、だいぶ習得出来ました。ただ、途中から肩の周りは限なくなりだるく、段々と腕が上がり

なりました。これまでいかに間違った体操をしていましたか気付かされました。

ラジオ体操第一・第二を正しくできるようにも繰り返し練習をし、だいぶ習得出来ました。ただ、途中から肩の周りは限なくなりだるく、段々と腕が上がり

令和5年度 ブロ 全国統一 つなごう人の輪、

講師の宮里友梨氏
寡婦世代にも大変参考になりました

午後は、富良野市総務部スマー
トシティ戦略室の鵜飼敏行氏による「楽しく生きるために：」で手品あり、歌ありで、人付き合いの極意を教わりました。人と接する時の言葉の引き出しの使い方で、すぐに使えるいい言葉はプラスの引き出しに入れ、ちょっと時間がかかる言葉はマイナスの引き出しに分けることが大事との事。相手の良いところを見つけて、人付き合いをすれば、楽しく生きることが出来るのではないかとの事。参

加藤礼美子
道北
富良野市白菊会
開催日 令和5年10月8日（日）
場所 富良野市文化会館
参加数 23名

午前中は、北海道財務局旭川財務事務所の宮里友梨氏による「子育て世代に役立つお金の話」と題し、悩みどころである教育費用の為、資産運用の知識を分かりやすく説明していただきました。貯蓄・投資・学資保険・国債等、興味のある内容でした。今年から始まる「新しいNISA」についても何が変わるのか、寡婦世代にも大変参考になりました。

午後は、富良野市総務部スマートシティ戦略室の鵜飼敏行氏による「楽しく生きるために：」で手品あり、歌ありで、人付き合いの極意を教わりました。人と接する時の言葉の引き出しの使い方で、すぐに使えるいい言葉はプラスの引き出しに入れ、ちょっと時間がかかる言葉はマイナスの引き出しに分けることが大事との事。相手の良いところを見つけて、人付き合いをすれば、楽しく生きることが出来るのではないかとの事。参

午前中は、北海道財務局旭川財務事務所の宮里友梨氏による「子育て世代に役立つお金の話」と題し、悩みどころである教育費用の為、資産運用の知識を分かりやすく説明していただきました。貯蓄・投資・学資保険・国債等、興味のある内容でした。今年から始まる「新しいNISA」についても何が変わるのか、寡婦世代にも大変参考になりました。

講師の鵜飼敏行氏
手品や歌もあり楽しく研修出来ました

トシティ戦略室の鵜飼敏行氏による「楽しく生きるために：」で手品あり、歌ありで、人付き合いの極意を教わりました。人と接する時の言葉の引き出しの使い方で、すぐに使えるいい言葉はプラスの引き出しに入れ、ちょっと時間がかかる言葉はマイナスの引き出しに分けることが大事との事。相手の良いところを見つけて、人付き合いをすれば、楽しく生きることが出来るのではないかとの事。参

午前中は、北海道財務局旭川財務事務所の宮里友梨氏による「子育て世代に役立つお金の話」と題し、悩みどころである教育費用の為、資産運用の知識を分かりやすく説明していただきました。貯蓄・投資・学資保険・国債等、興味のある内容でした。今年から始まる「新しいNISA」についても何が変わるのか、寡婦世代にも大変参考になりました。