



希望するすべての人にワクチンを！ワクチン難民  
をなくしましょう。心配の方連絡くださいね

◇ブログもありますのでcosse亀田

# 笑顔でつながるみんなのたまり場

cosse亀田からの通信です

発行：郡山市亀田1-11-14

☎ \* FAX: 024-953-6833

7月号 \* NO 60 2021.6.23

郡山医療生協桑野支部 石井うた

※5月の利用者は145名△▽朝どり野菜は5月3回でした ▼「縁食」2~6人程度での昼食会4回

◇ 6月も緊急事態宣言で活動は自粛ムードでした。だんだん我慢の生活に疲れてませんか？ワクチンの接種が進んでいます。そういう中、感染対策をとりながら、身体を動かし、皆さんと一緒に社会参加を工夫していきたいです。早く日常が来ると良いですね。



スギナと共にツククサを抜いてしまおうか悩みながら少しだけ残しました。朝露とともに咲き、昼には花を閉じてします、ツククサ。鮮やかな青。6本の雄しべは黄色い4本は“仮の雄しべ”で別に長く突き出た2本は真の雄しべで、同じ長さの1本が雌しべの3本で受粉しているとのこと。よく観察してみたいですね。

6月から「食べ物通信」の読書会をはじめました。



「食べ物通信」は食生活について、ともに学び、暮らし方を問い直し、考え合う雑誌です。健康に生きることを考えていきたいですね。第2土曜日の15時～

※「暮らしの手帳」6・7月号から料理か枝元なほみさんによる、「食べる、生きり、考える」の連載が始まりました。なほみさんは、冒頭で、「暮らしと社会は地続き、ならば、自分の台所だけで完結しないで、台所の窓を開けて社会とつながりたいと思い始めてたんです。」と語っています。これから楽しみです。コロナを経験している中、自分生活も大切にしながら、他者との暮らしや、困っている人を、思いやってしていきたいです。



ジャガイモの花が咲きました。ジャガイモ堀に行きませんか？7月11日(日)です。希望の方は6月中に申し込んでくださいね。



## インフォメーション



○ほっこりつながり亭  
スパイシーカレー。21・22日予約です

- いきいき百歳体操は毎週金曜日 13時半～
- ◇ 朝どり野菜は毎週水曜日 8時半～
- △ こんなことしたい・気になっていること  
なんでも話して、相談してくださいね。

- おりがみあそび \* 23日第4金曜日
- 腹式呼吸エクサロングピロピロ販売してます。
- セラバンドトレーニング7月6日(火)10時～  
(セラバンドは1.5m580円で販売しています)
- 月刊誌:「いつでも元気」一部380円購読して!!



裏面に予定表がありますが変更することもあるので電話ください