



新年が良い年になりますように。

これからもよろしく願いいたします。



◇cosse亀田でブログ投稿しています。

# 笑顔でつながる みんなの居場所

cosse亀田からの通信です



発行：郡山市亀田1-11-14

☎ \* FAX: 024-953-6833

1月 \* N090 2023・12・20

郡山医療生協桑野支部 石井うた

※11月の利用者は158名でした。(縁食は4回12名の参加)

\*朝どり野菜は5回(基本100円)

新しい年を迎えて!

琵琶に親しむ会

2024年1月13日(土)

14時から15時

- 琵琶 「金剛石」
- 琵琶 「白虎隊」
- ワークショップ

主催 四季の会



※ 新年最初の企画です。ぜひ来てください。

珈琲と手作りのケーキ付です。



この一年を無事に過ごすことができました。「コッセ亀田」を始めて8年になります。3年、5年と「居場所」が地域にとってどんな存在なのか、必要なのか?といつも考えながらの毎日です。この場所が誰かの生きる支えになっていれば幸いです。これからもいろいろな企画に参加してくださいね。◎憲法カフェ・「食べ物通信」読書会などは未来につながる学びの場です。お待ちしております。

あなたが大切にしていることは何ですか?

イキイキ体操に参加している方々と「人生会議」のビデオを見てみました。自分自身を見つめる機会が少ない中、自分自身を知ること、(こんなことをしてみたい、していきたい、こんなことはしてほしくないなど)から、そして語ることから始めていきたいと思えます。まずは言葉にしてみると、良いですね。家族が集まるお正月、自分のことを家族に伝えることも大事です。まずは話すことから～ですね。

## 1月はお休み

- ◇ 亀ちゃんクラブイキイキ体操
- ◇ ほっこり亭(カレーの日)

「食べ物通信」読者会を第4土曜日13時から行っています。食の安全がないがしろにされ、命と健康が脅かされています。

共に学び考えていきませんか。

裏面に予定表がありますが変更するところもあるので電話ください。よろしく



## 長谷川弁護士と一緒に「憲法カフェ」

36回目の「憲法カフェ」は「第3章国民の権利及び義務」で10条～13条でした。

人間らしい生活に必要なものは、「自由」と「平等」。基本的人権(生まれながらにすべての国民が持つ権利で自分の好きな所に住み、行き来し、思うことを言い、自分らしく生きる権利)とても良い学びでした。次回は2月17日(土)10時～