

大葉&マスカットのモヒートとかぼちゃプリン



一度やってみたかったホテルでのアフタヌーンティー



笑顔が素敵な国三の皆さん

【国三 内木場圭子さん記】
今年のホテル女子会は、10月24日(火)13時半より立川のソラノホテルのレストラで30人が参加してのアフタヌーンティーでした。
ハロウィーンが近いのでホテルのラウンジには大きなかぼちゃが飾られ、2m30cm以上身長のある外国人のホテルのドアマン(足に竹馬がついているのでは?)と思うくらい背が高い)のお出迎えがありました。
飲み物はマスカットと大葉のモヒート・ブレンドティーなどがあり、秋の実りのサラダの上には大根の薄切りで作ったオバケが飾られて

お喋りに花が咲く

さてさて、これから頂きましょうか。まずはモヒートを一口。次は溶けてしまったアイスです。参加した会員さんは気の合った仲間とテーブルを囲み、話が弾みます。この秋に新加入した会員さんや久しぶりに参加した会員さん、初対面



ハロウィーンスイーツ

ながらもお喋りに花が咲きました。女子の盛りを過ぎていた私は食べ過ぎて翌日に少々胃もたれが残りましたが、美味しいものが食べられて、楽しくお喋り出来て、



エレガントな装いの国一の皆さん

東京土建一般労働組合
小金井国分寺支部
女性の会
教育宣伝部
TEL042-324-5940
FAX042-326-2094
ご意見をお寄せ下さい



@DOKENSUZURAN33

インスタ絶賛更新中!

元気に搗きました!



お餅つき、母娘三代での参加も



迫力の三人娘

【国一 佐々木 梨桜ちゃん記】
12月1日おもちつきをしました。私はおもちをついたり丸めたりしました。その中でもおもちを丸くするのが一番楽しかったです。大変だったこともありますが、おもちをつくことです。



朝早くからお手伝いした小西の田中さん

おもちをつくとききねが重くて、それを高く上げてつくのは力をすごく使うから大変でした。でもつくったおもちで作ったいちご大福はとてもおいしかったです。来年も行きたいです。
【国一 高塚たか子さん記】
いちごが大きくて、とても甘くて美味しかったです。孫が一生懸命働いてと



役員も大いに楽しみました!

でもたくましく思いました。娘はとても楽しそうでした。
【国一 佐々木真理子さん記】娘と母と旦那と4人で参加しました。母のおもちさばきと娘のデキパキした動きを見て、豚汁とおもちを食べながらお酒をいただきました。どれも格別に美味しかったです。

定期総会のお知らせ

【日時】3月27日(木)午前10時～

【会場】旧労政会館

総会と同時に学習会(内容は未定)を行い、その後会場を移して昼食懇親会を行います!皆様奮ってご参加下さい!!



新年明けましておめでとう
ございます



日頃より女性の会の活動にご理解、ご協力ありがとうございます。昨年は母体の協力を得て5年ぶりにさくらんぼ狩りのバスハイクを行うことができました。今年も楽しめることを企画し、仲間との親睦を深めたいと思います。皆様の健康とご多幸をお祈りし、新年の挨拶とさせていただきます。本年も宜しくお願いいたします。

会長 内木場圭子



秋の拡大で仲間が9人増えました！！

(o^-^o)♡

皆様ご協力誠にありがとう
ございました！！



国一の皆さん



小西と東小の皆さん



大人の女のクリスマス会 2nd



12月20日支部3階に23人の方が集まり、昨年好評だったクリスマス会を行いました。

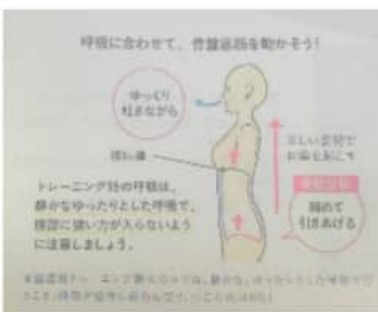
当日は片桐書記が専属シェフに！2階のキッチンから、出来立てのから揚げやローストビーフを運んでくださった。参加の皆さんからのお料理の差し入れもあり、また、ムール貝をのせたパエリアを作ったりと、豪華なお食事とお酒に、お腹も心も満たされた幸せなひと時でした♪ケーキは、支部の隣にある「おやつ工房さかみち」さんにお預けしました。

そしてビンゴ大会！今年は景品を11品用意しました。お米、電化製品、美容家電等、どれも当たっても嬉しいものばかりで、大盛り上がりでした！

【国一 白土マリ子さん記】
今年のクリスマス、いつもの事ですが、皆さんそれぞれ



さかみちのケーキと美味しいワイン



骨盤底筋トレーニング法

【教宣部 宇田川未由季記】10月18日に主婦の会多摩西ブロック主催のフェムケア学習会に参加してきました。

3支部からの参加者の他に、他支部会館からのWEB参加もあり、大変にぎやかな学習会でした。

講師に、森田助産院の副院長であり助産師の今村理恵子さんが来てくださり、主に女性の体の変化や、それに向けた対策を楽しくお話しくださいました。

フェムケアとは、「Female (女性の)」と「Care (手当て)」を組み合わせた造語で、女性の健康や体のケアに焦点を当てた。

多くの女性は、10代前後で生理が始まり、妊娠・出産・閉経等、生涯を通してホルモンバランスによる不調で悩まされています。が、この女性ホルモンは一生でスプーン1杯程しか出ないそうです！こんな微量なものに私たちの日常が左右されているのかと、とても驚きました。



また、加齢と共に緩みやすくなる骨盤底筋のトレーニング法も詳しく教えていただきました。毎日意識して鍛えることで、これから訪れるゆらぎ世代を楽しんで乗り越えていきたいと思っています。



豪華な手作り料理

れ料理を作って持ち寄った。その日に作ったり。普段なかなかゆつくり話すことができない楽しいおしゃべりが出来、そして最後はやっぱり「ビンゴ」ですね。ワクワクしますよね。来年も良い年であります様に。(二〇二四年十二月末)

食と農の危機が同時に進む日本

2024. 12. 14 東京母親大会@練馬文化センター 午後分科会
「からだにやさしい食べ物は日本の大地から～環境問題を考え、私たちにできること～」に参加して。

【東小 基石艶子さん記】

食料危機は日本にとっても人ごとではありません。2022年、23年の食品値上げは5万8千品目を超え、24年も多数の値上げは見込まれます。米さえ店頭から消え、高騰する中、十分に食べられない人が増えています。日本の栄養不足人口は3.2%。先進国で構成される経済協力関係機構38カ国中2番目に高い数値です。日本では、農業の危機も同時に進行しています。農家数、農地が激減。22年の農家の時給は平均して379円、稲作農家は10円、これでは続けていくことができません。低い自給率とわずかな備蓄、日本の食料自給率は38%で、主要国中最低です。こんな中で



同じ分科会に参加のメンバー

政府は、食料・農業・農村基本法を改悪し、食料自給率を向上させる政府の責任を放棄しました。備蓄もわずかです。中国の穀物備蓄量は年間消費量の70～90%で、8～11ヶ月分あるのに対して、日本は8～20%で、1～2ヶ月分。食料支援制度も存在しません。農業予算は削減が続いています。日本の未来が心配で仕方ありません。