

祇園支部ニュース

7月の予定

- 5日(木) 衆歌生(かむ竹) 10:00~12:00
- 10日(火) 探検隊 (診療所) 9:00~
- 17日(火) 支部委員会 10:00~12:00
 キミ子式(絵) 13:30~15:00
- 20日(金) ふいふい会食 11:00~12:30
 <メニュー> 天ぷら、ひききの巻、
 酢の物、みそ汁、お漬物
- 25日(水) 平和のつとめ 13:30~15:30 (ほこ)
- 29日(金) みじか(小物作り) 9:30~12:00

第59回 総代会

6月9日 13:00~16:00 佐東公民館
 参加者 340名で無事に終了した。

新職員は
 頑張って
 下さい。



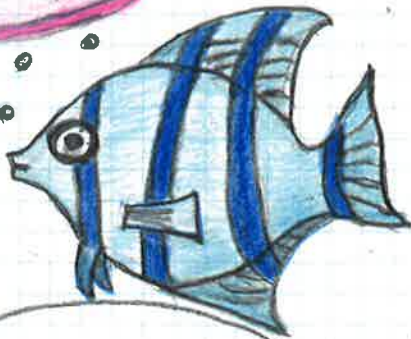
新職員
 40名

サッカーボールの色

もともと白や茶色でしたが、モノクロのTV放送が広まったことにより、見やすいように白黒に色分けされました。以来、白地に黒の五角形のデザインは一般的なものになり、今では色もデザインも豊富です。
 ちなみに今年のワールドカップは白と黒のデザインになっています。



今年も健康
 チェック
 お願いします。



今が旬! スイカも食べて 夏バテ予防

右から漢方としても使われるスイカ。果肉の赤い部分には、リコピンやβカロテンが含まれており、抗酸化作用が期待できます。皮の白い部分には多く含まれるカリウムやアミノ酸の一種のシトルリンには利尿作用があり、体内の毒素を排出し、むくみの解消に役立ちます。またスイカの糖分は素早くエネルギーに変わるので、夏の疲れや身体へのエネルギー補給にぴったりです。皮の白い部分は漬物や炒め物にするのがおすすめです。

食べ過ぎには注意しましょう。

約束は

責任を持って
 本物とする。

労せずらく
 楽を望まない。

チヨフト一言