

### 年半後のお楽しみ

13人が参加して行われた越後川口生ハム塾。 豚肉11kgを血抜き後、たくさんの塩をもみ込み、 1年半後に口にする瞬間を想って、丁寧に仕上げ ました。(2月11日) 6 品川和之さん





# 光る個性ににっこり

栃尾美術館で行われた「ふるさとのこども たち展」に、地元の園児たちの力作がずらり。 それぞれの個性が光る約200点の絵画や工作 に、来館者は心を和ませました。

(2月6日) ⑤野尻明張さん

### / リノリに踊って介護予防

越路地域で行われた介護予防サークルでは、参加者が 笑顔で体操。音楽に合わせてノリノリで体を動かしまし た。(2月5日) ( 土田千栄美さん



### 炊飯器は"魔法の釜"

小国地域の養楽館で、炊飯器を使ったガトーショ コラ作りを開催しました。ふたを開けると、甘い香 りの蒸気と共に、おいしそうなケーキがお目見え! 





## **バ**ランスとって、気分スッキリ

山古志体育館で、バランスボールを使ったエク ササイズを体験しました。お腹に力を入れながら ボールを上手に操ると、最後には姿勢も良くなり、 気分スッキリ。(2月4日)



### 腕を磨いて健康に

寺泊コミュニティセンターで開催し た健康講座で、男性6人が調理を体験。 栄養士の指導を受けながら、体に優し いさばのみそ煮やかぼちゃのサラダな どを作りました。(2月4日)



## 鬼さんにタッチ!

子育ての駅わしま「わくわく」では、節分の豆まきにかわい い鬼が登場。子どもたちは鬼に豆ボールを投げるのではなく、 体にくっつけて退治しました。(2月3日)

### **再**会が待ち遠しい♪

三島中学校へ進学する日吉小学校と脇野町 小学校6年生の交流会を行いました。すぐに 打ち解けた児童たちは、4月の入学時に再会 するのを今からワクワク。(2月12日)





### にあぶって願う無病息災

天候などの影響で3年ぶりに開催できた本与板町内会 のさいの神。家族連れや子どもたちがスルメをあぶって 1年の無病息災を願いました。(2月7日)

⑥遠藤幸明さん