

# キラッと女性部☆

女性部の活動の様子をお届けします!

## 秋田地区かがやきセミナー

8月2日(木)、河辺支店で秋田地区女性部かがやきセミナーが開催され、JA秋田中央会営農農政部の加藤茜さんを講師に迎えて転倒や尿失禁予防のための「JAてんとうムシ体操」「JAみつばち体操」を行いました。参加した約40名は、イスを活用した筋力トレーニングや青竹踏みを使ったエクササイズを楽しみました。加藤さんからは「ちょっとした空き時間でできる運動なので、家に帰ってからも台所やリビング等でやってみてほしい」とのお話がありました。



## 悠楽館で窓拭き清掃ボランティア

女性部北支部は8月6日(月)、地域貢献活動の一環として高齢者福祉事業所デイサービスセンター「悠楽館」の窓ふき清掃ボランティアを行い、部員7名が参加しました。

普段職員だけでは出来ない窓の高い部分まで、脚立を使って隅々まできれいに清掃しました。施設の利用者は「きれいになった、ありがとう」と女性部員へ話していました。



◆ ◆ ◆ 私たちと一緒に活動しませんか! ◆ ◆ ◆

お近くの女性部各支部もしくは女性部事務局(営農企画課:018-832-6652)まで

# 青年部の活動を お届けします!

## JA AKITA NAMAHAGE YOUTH

# おらほの青年部

## 「うめもんマルシェ」に参加しました!

8月26日(日)にJR秋田駅前アゴラ広場・ぼぼろーど大屋根下で行われた県内JAの青年部が大集合する「うめもんマルシェ」に参加しました! 菊や野菜の販売のほか、フランクフルトや潟上産ネギの肉巻き、更にはメロン味のババ(!?)ヘラアイスなど、秋田の「うめもん」をたくさんお届けしました!

