

ヨガ教室

南相木支所女性部は、1月17日に南相木村公民館でヨガ教室を開き、12名が参加しました。講師には白田ヨーガ教室の白田貴子さんを招きました。「冷えと運動不足で体のこわばりを感じている人も多いと思います。ほぐしてゆるめ、温め流して『温活ヨガ』で冬の体をケア

しましょう」とあいさつし、約1時間半のゆつたりとした雰囲気の中で体ほぐしを指導していただきました。参加者からは、「参加してよかった。簡単でちよつとした時間にできそう」「体が軽くなった」などの声が聞かれました。



新年会

野辺山支所女性部は、1月15日に山梨県小淵沢町にあるアジアンレストランにて新年会を行ない、14名が参加しました。中島部長は、「令和6年最初の行事で皆さんと新年のお祝いをする事ができて、とてもうれしいです。ゆつくりと食事を頂いて、お話がたくさんできたらいいなと思います」とあいさつしました。アジアンテイストな雰囲気の中で、おいしいランチを味わいながら、部員同士の会話を楽しむことができました。



佐久農村女性のつどい

J A長野八ヶ岳本会女性部は、1月19日に佐久合同庁舎にて行なわれた令和5年度佐久農村女性のつどいに女性部員27名が参加しました。

つどいでは佐久地域で農業生産や地域づくりの担い手として活躍している農村女性間の繋がりを深めるため、各団体の活動事例の発表が行なわれました。J A長野八ヶ岳からは女性部を代表して川上支所の渡辺芳子さん、由井悦子さんが活動発表を行ないました。発表の後半にはJ A長野八ヶ岳スコープ三味線部による演奏も披露され、会場を盛り上げました。また、北御牧村味の研究会の小林敬子さんによる講演も行なわれ、参加した女性部からは「良い話が聞けました」などの感想が聞かれました。

