

# 広げよう、仲間づくりの輪！ JA紀南女性会 サークル活動紹介

## スポーツ吹き矢 ちえの和会 白浜ブロック

「ちえの和会」は、メンバーで毎回スコアを競いながら吹き矢を楽しんでいます。腹式呼吸で吹き出すことで、肺機能の改善など、健康効果も期待できます。筒や矢などの用具はメンバー共有なので、手軽に参加できる点も魅力！

開催日時：毎週月曜 13：30～  
開催場所：JAとんだ支所  
(白浜町栄723-3)  
問い合わせ：0739-45-0323  
(とんだ支所)



**メンバーの声** とんだ支部会員 東百合子さん  
だんだん上達していくのが楽しいうえ、深く呼吸をすることで自分自身姿勢が良くなったと感じています。支所の職員さんが休憩時に飛び入り参加することもあり、吹き矢を通じて交流を深めています。

お見事！ 仲間内でスコアを競い合うのも楽しみのひとつ

## グラウンドゴルフ 笑(しょう) なかへちブロック

「笑」は、三川や富里などの支部からもメンバーが駆けつける人気のグラウンドゴルフサークル。初心者から上級者まで幅広く在籍しており、どなたでも気兼ねなくプレーを楽しめます。支所職員もよく参加して、メンバーと交流しています。

日時：第1・第3月曜 9：00～  
会場：大塔水辺の楽校  
(大塔中学校前河川敷)  
問い合わせ：0739-49-0224  
(鮎川支所)



支所職員もひんばんに参加し、ともにプレーを満喫

狙いすましてショット！ ほどよい力加減が高スコアの秘訣

**メンバーの声** 鮎川支部会員 太田常子さん  
以前は足腰が弱り気味でしたが、毎回5千歩ほど歩くので、最近はずっかり元気になりました。健康づくり、仲間づくりを目的に、一緒にグラウンドゴルフを楽しみましょう！

## 裁縫サークル お針箱 串本ブロック

「お針箱」は田子地区のメンバーを中心に、裁縫や小物作り、押し絵などを楽しんでいます。何に取り組むかは話し合いで決め、お互いの得意なことを教え合っています。女性会の「家の光大会」にも毎年作品を出展し、好評を得ています。

日時：毎月1回(不定期)  
会場：田子区民会館  
(串本町田子118-5)  
問い合わせ：0735-62-3333  
(串本支所)



**メンバーの声** 安指・田子支部会員 高尾かやさん  
タンスの奥の着物や余り布を使い、エプロンなどにリフォームして楽しんでいます。気軽にできる点がいいですね。思い思いに活動できるサークルなので、ぜひ一度のぞいてみてください。

メンバー同士で得意分野を教え合いながら、それぞれの作品に取り組む

JA紀南の女性会は、田辺から串本まで7ブロックに34の支部があり、各地で女性たちが集まって健康や暮らしの情報を学んだり、親睦旅行を楽しむ他、同じ趣味を持つ会員同士でつくる「目的別サークル」の活動も盛んです。本紙で各地の女性会サークル活動のいくつかを紹介します。皆さんもお住まいの地域で、女性会に加入して仲間の輪を広げてみませんか！ 詳しくはJA紀南ふれあい課(電話0739-25-5806)、またはお近くのJA支所にお問い合わせください。

## 梅でクッキング うめっぴキッチン 田辺ブロック

JA女性会瀧本がおり会長の呼びかけで始まった「うめっぴキッチン」は、毎回の食材に梅を取り入れることを決めており、チャーハン、焼きそば、餃子など様々なレシピに挑戦しています。ご家庭でもできる手軽な料理で、どなたでも安心！

日時：毎月1回(不定期) 19：00～  
会場：JA中央購買センターコピー  
(田辺市秋津町752-1)  
問い合わせ：0739-25-5806  
(JA紀南ふれあい課)



**メンバーの声** 秋津支部会員 那須佐和子さん  
毎回和気あいあいと料理を楽しんでおり、自宅での献立のレパートリーも増えて助かっています。「うめっぴキッチン」の料理は、家族にも好評です。梅を使った色んなアイデア料理を知ること、地元の梅消費の力になれるのもいいですね。

## 2ブロックで楽しむフラダンスサークル 日置川・すさみブロック

日置川・すさみブロックではフラダンスが人気！日置支所・すさみ支所それぞれで教室を開き、女性会員の中本京子さんが指導しています。2ブロック合同で練習したり、様々なイベントに出演してフラを披露しています。

日時：日置…第1・第3・第4月曜  
すさみ…月2回木曜  
会場：JA日置支所(白浜町日置21)  
JAすさみ支所(すさみ町周参見3938)  
問い合わせ：0739-52-2225(日置支所)  
0739-55-2006(すさみ支所)



**メンバーの声** 日置支部会員 御牧のぶさん  
介護施設の慰問でフラダンスを披露しているのを見て興味を持ち、私も参加しました。若いメンバーさんも多く、幅広い世代の方と交流できるのが魅力。最初はイベントで人前に出るのが恥ずかしかったですが、今では楽しんで踊っています。

台詞練習に取り組むなど、日置川・すさみの両会員の交流も盛ん  
農業まつりなどの地域のイベントで踊りを披露することも！

## JA紀南 第6期 おやこ・ど・あぐりすくーる

### 9月17日開校!

地域の皆様に「いのち」「食べ物」「農業」の大切さを感じてもらいたいとの思いから、JA紀南は今年も「おやこ・ど・あぐりすくーる」を開校します。ぜひ親子でご参加ください。

- ◎対象：JA紀南管内にお住まいの小学1～3年生の親子
- ◎期間：平成28年9月～29年2月(全6回講座)
- ◎定員：20組 ※最少催行10組。応募多数の場合は抽選
- ◎入校料：5,000円
- ◎兄弟追加入校料(小学生：1,000円、幼児：500円)
- ◎特典：ちゃぐりん購読者…入校料3,000円引き  
組合員…入校料1,000円引き
- ◎申込締切：8月19日(金)



- 講座カリキュラム(予定)**
- 第1回(9月17日)入学式・お米収穫体験
  - 第2回(10月15日)ちゃぐりんお勉強会&工作
  - 第3回(11月5日)冬野菜植付け
  - 第4回(12月10日)おかん狩り&総合選果場見学
  - 第5回(1月26日)冬野菜収穫
  - 第6回(2月18日)卒業式・アルバム作り&クッキング

お申し込み 0739-25-5806 FAX 0739-22-6453  
お問合わせ 646-0028 田辺市高3丁目22-19

## 女性大学「きらっと」 第7期生大募集!

受講期間 平成28年8月～平成29年5月  
毎月1回(年10回) 午前9時30分～11時30分  
申し込み締め切り：7月29日(金)

- ◎会場：JA紀南ふれあいセンター2階
- ◎対象：JA紀南管内在住の女性  
 Clair(クレール)クラス(49歳まで)  
 Sourire(スリール)クラス(50歳から)
- ◎定員：各クラス20名(応募多数の場合、抽選)
- ◎受講料：年間5,000円(組合員は1,000円引き)  
 ※受講料の一部を出資金に充当し、組合員になっていただきます。
- ◎保育料：一人当たり・1回500円  
 ※講座により日時や場所が変更になる場合があります。



- 年間カリキュラム(予定)**
- 8月：音楽説法 ステキ女子を目指して入学
  - 9月：お鍋に任せて簡単クッキング 無水鍋のお話と試食
  - 10月：紀南発掘No.1 梅加工場をのぞき見
  - 11月：農作業No.1 冬野菜畑をつくらう
  - 12月：Happy New Year 寄せ植えで迎えるお正月
  - 1月：農作業No.2 冬野菜の収穫とお手軽保存食
  - 2月：紀南発掘No.2 きんかん畑へ収穫遠足
  - 3月：ステキ女子がしっかり管理 家族を守るお金の話
  - 4月：おうちで簡単クッキングDIYおやつ
  - 5月：炭琴コンサート 涼しい音色で卒業

お申し込み 0739-25-5806 FAX 0739-22-6453  
お問合わせ 646-0028 田辺市高3丁目22-19