

# スマイル

～明るく 元気に 美しく!～



城北地区婦人の会  
第15号  
令和5年4月15日発行

## 総会、無事終了。

朝から少し天気模様が心配された4月15日、地区各種団体にさきがけて第36回「婦人の会総会」を行いました。参加者25名、委任状提出 名、現会員数55名。よって各議案の承認をいただき、今年度の活動をスタートいたします。会員皆さま、どうぞよろしくお願い致します。

この3年間コロナ禍で、随分と控えた活動を余儀なくされました。5月より第5類に移行することで引き続き感染対策をしながら、ようやく少しゆとりをもって、活動できる時を迎えました。

さっそく5月連休明けには「春の親睦会」を計画しました。どうぞこの良い季節を満喫してリフレッシュしましょう。



### \* 総会でみなさんで話し合った婦人の会のこれから…について \*

♡以前より名称を変えてはどうか、との声がありました。” 婦人 ” という呼称が「現在の風潮にどうだろう?」「年齢的な制限を感じさせる」というようなご意見がありました。会員の皆さまからのアイデアも伺いながら検討したいと思います。

♡会員の年齢が高齢化し、会の将来への不安はぬぐえません。そこで新しい方や若い方への認知度をあげるために、広報の方法を地区全体に広げる工夫が必要です。例えば公民館だよりに掲載してもらおう、公民館の掲示板を利用する。などのご意見がありました。

# 講座の後半は、体を動かし・・・女子力up・・・



講師の岡本牧子さん

優しく、明るくリードしてくださいました。



足うらの筋、伸びてる？



足首上げて、下げて。。

そのまま、、、

[あ][い][う][え][お]

って足で書いてみましょう。



結構きつい!! (^\_^;)



※毎日の習慣にすることが大切ですね



最後はシャンシャン体操で締めくくりました！

今回講座でお話を聞きながら、コロナ禍の生活で自分の心と体の健康を守るのは、家の外に出かけて人と交流することがなにより大切であることを学びました。

**4月15日(土)13:30より令和5年度総会**を行います。

どうぞお誘いあわせてご参加くださいますようお願いいたします。









