

くらし
平和
環境
食

組合員活動の
コーナー



都島支所開発「だしが決め手のたこ焼」などの試食も好評でした

あしゆびりょく
【足指力】の
ポイント

ふだんの歩き方にも注意
して、背筋を伸ばして地面
をしっかり蹴りだすよう
に歩く意識をすると筋力
アップ!



専用の器具を使って「足指力」の測定(写真左)

足指力測定&コープ商品試食会

9月27日 都島北地域活動委員会(大阪市)

友渕コープ集会室 参加68名

健康意識が高い中、「足指力」はあまり知られていません。足指は体を支える土台でとても大事。そんな足指力を知って今後の健康作りの参考になればと、なにわ保健生協の方に来ていただき、足指力の測定と測定結果に応じたセルフケアを教えてくださいました。

参加者は測定結果を聞いて「日頃運動していて健康には自信があったのに弱かったから残念」「毎日歩いているから測定結果も良かった」など日頃の反省と今後の目標を立てられていました。測定後は、コープ商品でランチをいただきました。

岩手からの復興だより ①

関西の皆様、震災後の長いご支援に心より感謝申し上げます。皆様には遠く及びませんが「何か私に手伝えることはないか」との想いから震災後千葉県より移住。夫婦で義父に漁を習う傍ら【おおつちキッチンカープロジェクト】に参加し大槌の味力(魅力)を伝えたい想いに駆られ独立・起業し岩手と千葉を中心に大槌・海山の幸を伝えています。

大槌の紹介を看板としている為、立寄る町外居住の<元町民>の方々が夫と大槌言葉で和む光景は心を打ち、一層やる気を奮い立たせてくれます。また関西の味力(魅力)に惹かれ、大槌食材と融合させ完成した品も支度。味が繋ぐご縁を大切にしたいと考えております。いつか皆様の元へ・・・。

これからも被災地に寄り添って

大槌町

ひので庵 弥栄(いやさか)
岡谷 弥栄子さん

