



絵を見て、まちがいを10カ所見つけてね。正解者のうち、抽選で5人に図書カードをプレゼントします。



応募方法

はがきまたはファクスに①答え(どちらかの絵に○をつける)②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号⑥広報紙の感想、ご意見などを書いて秘書広報課(〒443-8601 FAX 66-1192)へ。当選者と答えは、広報がまごおり4月号に掲載します。

締切 2月15日(日)

12月号当選者

- 石川 瑚々 (豊岡町)
 - 神谷 早苗 (形原町)
 - 榊原 幸枝 (相楽町)
 - 遠山 豊子 (竹谷町)
 - 野沢 鈴子 (豊岡町)
- (50音順・敬称略)



画:とうふねこ座
市川雅子

ラジオ体操 in 竹島小学校

冷え切った朝、竹島小学校のグラウンドに30人前後の参加者とみかん仙人がやって来ました。ここの参加者は、2/3が男性、1/3が女性です。

6時21分、リーダーがスイッチON!ストレッチが始まりました。手足いっぱい伸ばしています。みかん仙人「イタタ・けっこうきつい!」

6時30分、ラジオ体操の歌を一緒に口ずさみながら足踏みします。ラジオ体操第1・第2、皆さん指先まで意識をして慣れた様子で黙々と体操します。「それでは皆さん今日も1日お元気でございましょう」のラジオの声でさりと解散。

みかん仙人「体操頑張った後は、気持ちいいもんじゃな、やった感あるし〜」

リーダー「そうでしょう、ラジオ体操は、日常あまり使われない筋肉や関節を動かすことで筋力を高め、柔軟性・血行を良くし、内臓の働きを良くします。体操をしてしっかり覚醒し、朝ごはんもおいしく食べられます。健康のためにラジオ体操をやりましょう!」

12月号の答え

クリスマスケーキを作ろう!

