



# 山田支部ニュース



あけましておめでとうございます  
本年もよろしくお願ひ申し上げます



この一年、コロナが5類移行となって、私たちの活動範囲も随分広がりました。それでもコロナもまだまだ油断できず、更にインフルエンザが猛威をふるい、他にもウイルス性の感染症の増加は止まることはありません。感染から身を守るため、帰宅後の手洗い、うがいはささやかな努力として励行したいものです。



2024年の目標は立てたでしょうか。

山田支部では、今年も四課題（・新加入・増資・班づくり・担い手増やし）の目標達成を目指しつつ、楽しく継続的な活動をしたいと考えています。支部活動を支えるためには、運営委員の増強、新しい班を作ることは欠かせません。

近所の人と、気の合った仲間と3人揃えば班が作れます。お茶会、おしゃべり会、手芸、スポーツ、ウォーキングとふだんの活動が楽しい班会になります。

どんな一年になるのかワクワク感でいっぱいです。



## 【冬ほっこり簡単スイーツ】

ジャム 大さじ3  
水 大さじ3  
砂糖 小さじ2（好み  
で入れなくてもいい）  
片栗粉 大さじ1

- ①材料をマグカップに入れてよく混ぜる
- ②レンジ500W～600Wで1分30秒温める
- ③出したら素速く混ぜる。  
（様子を見て10秒ずつ追加で温める）  
熱いので、少しづつ食べてね

## 健康チャレンジ中の皆さんへ

健康チャレンジ表は1月20日が回収切です。  
頑張ってチャレンジしてくださった方々、回収にご協力お願いします  
参加賞の歯ブラシと引き換えになります。さらに抽選で商品券が当たるかも！