

# 赤れんが

ブラウンハイム自治会  
広報紙第95号  
2004年 2月  
発行責任者 海付 武

## 冬期交流会

会員相互の交流を深めるにはどんな企画がよいのだろうかと何度も話し合いました。その結果、前年度の豚汁に中華まんを加え、骨折予防のビデオを流す事に決まりました。

前日8時に南部市場で豚汁の材料の買い出しをし、持ち帰って下ごしらえをしました。

中華まんはスーパーを回って、安くしてくれ、おいしいものを購入しました。

当日は早朝から有志の男性陣がテントやかまどを作ってくれました。

今年一番の寒さだったので、掃除を終えた皆さんが集まってきて、温かい豚汁、中華まんは好評でした。



集会所では「かもめ体操」「健康落語」のビデオを上映しました。

骨折予防の体操はやってみるとバランスを取るのが難しい所もあつたりしました。

医師による落語は役に立つ事を織り交ぜ、面白おかしく話していました。かかとの低い履き物、めがね、杖、補聴器などを使って転ばないようにする事が大事という事です。はずかしがらずに面倒がらず、身を守りましょう。



## 成人式おめでとうございます

21世紀の日本を支えていく6人の新成人です。これから何をなす人になるのか楽しみです。

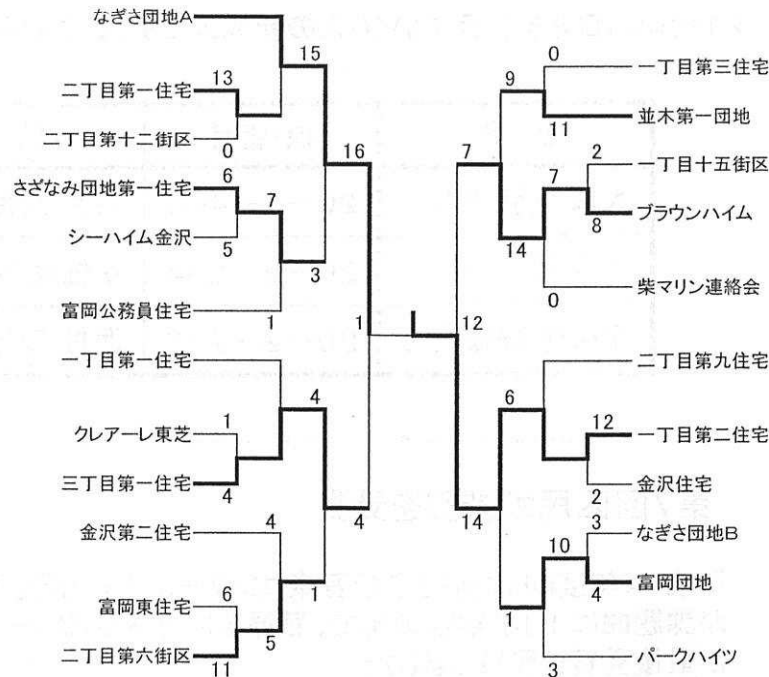
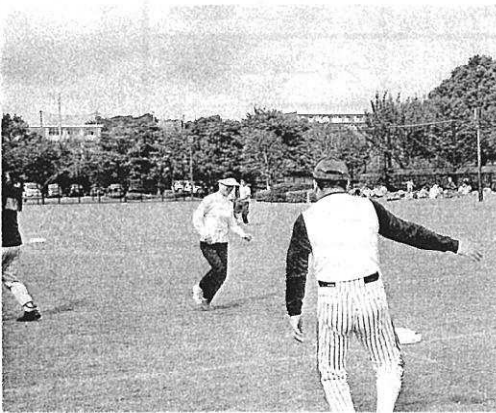
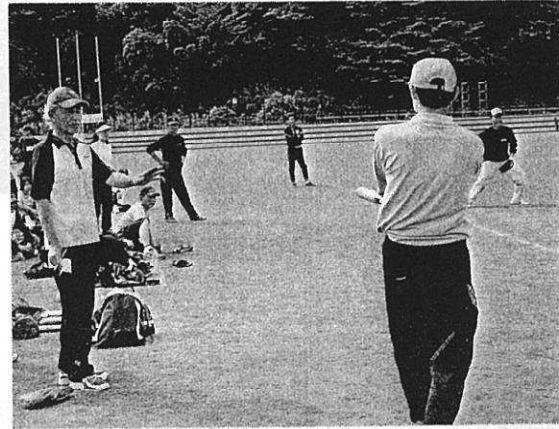
氏名	棟・番号	氏名	棟・番号
大塚 晃弘 さん	20-1-404	粕谷 佳世 さん	21-1-303
小泉 雅嗣 さん	20-2-204	宇佐美 雪絵 さん	21-3-501
永久保 珠絵 さん	20-2-206	海付 のぞみ さん	21-3-506

## 第7回区民栄誉賞を受賞

平成14年度NHK全国学校音楽コンクール70回記念事業課題曲作詞募集「あなたの詩が課題曲に！」小学校の部で、萩原あゆみさん(20-4-402)の応募作「やさしい風」が最優秀賞を受賞しました。  
おめでとうございます。

# ソフトボール大会

秋晴れの9月23日、連合自治会主催のソフトボール大会が行われました。ブラウンハイムは順調に勝ち進みましたが、3回戦で惜しくも敗れてしまいました。3試合連続でしたからかなりの疲労だったと思います。皆さん本当にお疲れさまでした。



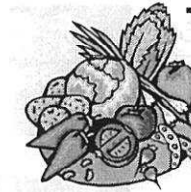
# 生活の知恵

台所洗剤は空容器に水を肩まで入れてから、原液を入れた薄め液をスポンジにかけて使います。

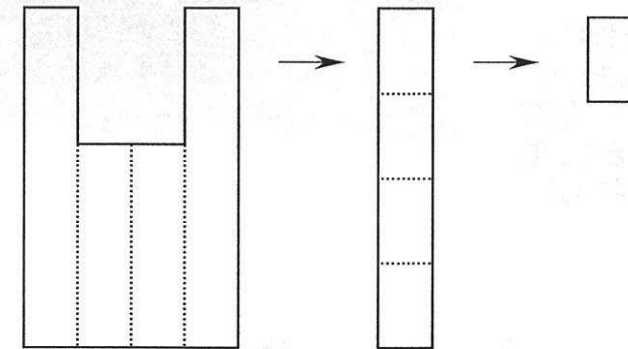


キッチンガーデニング  
～台所の野菜で有機栽培～

- ・ジャガイモの芽が出たら植える
- ・小松菜、ねぎの根元を植える
- ・完熟トマト、かぼちゃの種をまく



スーパーの袋は縦に4つ折りにしてから空気を抜き、4つ折りにして持ち運び、繰り返し使います。



## お誕生おめでとう

20-5-303 西増あかりちゃん 平成15年10月13日生

## 訃報

21-1-204 加藤一造様 平成15年11月16日 71歳  
謹んでお悔やみ申し上げます。