

目次

- 1P 会長あいさつ
- 2P 総会 新役員紹介
- 3P 活動報告 義援金報告
広域事業へのお誘い 新事務局紹介
- 4P～5P 地区懇談会
- 6P 愛LOVEファミリー エコ活動
知恵袋 ひとりごと

サロン

Vol.32

Salon

発行者
佐倉商工会議所女性会
会長 井野口 綾子
A.D. 佐倉市表町 3-3-10
商工会議所内
TEL. 043(486)2331
FAX. 043(486)5963

共に悩み、考え、知恵を出し合う女性会に

井野口建材 佐倉商工会議所女性会会長 井野口綾子



営にご尽力を賜わり、このたび
退任されました理事の皆様には
心から感謝を申し上げます。

「節電」「省エネ」を

テーマに

暦の上では立秋も過ぎましたのに、残暑は未だ衰えを見ません。

復興への道程を力強く歩まれている被災地の方々に、せめて凌ぎ易い天候が続きますよう願っております。

会員の皆様には、女性会活動にいつも変わらぬご協力をいただき、心より御礼を申し上げます。

さて、五月十九日(木)商工会議所会頭 鈴木博様、佐倉市産業振興課長 鈴木公雄様、同じく商工労政班主査補 下原勉様のご臨席を賜り、第二十一回通常総会が開催され平成二十三年度の事業計画、収支予算及び任期満了に伴う役員改選についてもご了承をいただきました。永年女性会の運

今年度の女性会活動には、

やはり震災の影響による様々な状況への配慮が大切だと考え、今夏の課題である節電の重要性を鑑み、女性会の根幹である地区懇談会の時期を早めて七月に開催いたしました。

「節電」「省エネ」をテーマに各地区の理事さんを中心に企画を練り、短い準備期間にも拘わらず各々特色のある研修が出来たと思えます。会員の皆様にとりましても慌ただしいことであつたと思えますが、

多数のご参加をいただき本当に有難うございました。

このテーマに関して皆様工夫し実践されているアイデアの情報交換が活発になされ、

共通意識が更に高まったように感じました。企業、家庭はもとより、地域のイベントな

どあらゆる場で節電への取り組みが重要事項となつていますが、私達女性の知恵と細やかな心配り、そして素早い実行力が、強く求められているのではないのでしょうか。

また、千葉県内二十一女性会の会員の中にも被災され厳しい現状と向き合つておられる方々がいます。同じ商工女性性として、支援の心を持続けたいと思えます。

広域ブロック研修開催

県女性会連合会では事業の一つとして、自らの資質の向上と、連携、親睦を深めることを目的とした広域ブロック活動事業を行っています。二

十一女性会を三グループに区分けし、各ブロックで環境・教育等が研修の課題となつて

います。佐倉は銚子、茂原、東金、八街、佐原、成田女性会と共にCブロックに属し、

昨年度は成田女性会が主幹となり、成田山新勝寺に於いて御護摩修行と山崎寺務長様の法話をお聞きしました。厳粛な中にも清々しい研修でした。今年度は佐倉が主幹に指名され、ご希望の多かったDI

C川村美術館での研修を企画いたしました。美術作品を通して佐倉の文化を感じていただくと共に私達の佐倉市を知つていただく良い機会と考えます。他女性会との親睦を深め広域の情報と多くの学びを得る有意義な交流の場でもあ

女性会を身近に感じて

原発に起因する問題の広がり大きく、政治、経済における道筋も不確かな今、経営においても新たな方針への見直しが必要となつてくるので

でしょうか。日々、諸問題と直面している私達も「共に悩み、

考え、知恵を出し合う」姿勢を更に深め、支え合い磨き合える力を蓄える為に、笑顔と共に研鑽を重ねて参りましょう。

これからも佐倉市、会議所の事業にも関心を持ち乍ら、会員の皆様とご一緒に、身近にある女性会を常に感じていた

新体制決まる!

平成23年度総会開催

風薫る5月19日当会議所に於いて、第21回通常総会が開催され、第1号議案から第6号議案まで満場一致で承認されました。

また、任期満了に伴う役員改選が行われ、佐倉地区・志津地区の役員4名の方が交代により新たに選出されました。

来賓にお迎えした鈴木博会頭より「これからは分け合う時代、多様な会議所活動に女性会とも連携してゆきたい」

また佐倉市産業振興課の鈴木公雄課長様より「佐倉市の産業振興条例の施行に伴ない、各方面の協力体制が求められる昨今、女性の力が必要」と

のご祝辞を頂戴いたしました。懇親会においては、任期を終えられた理事から「理事は降りても引き続き(女性会活動に)協力させてもらいます」との嬉しい言葉をいただきました。

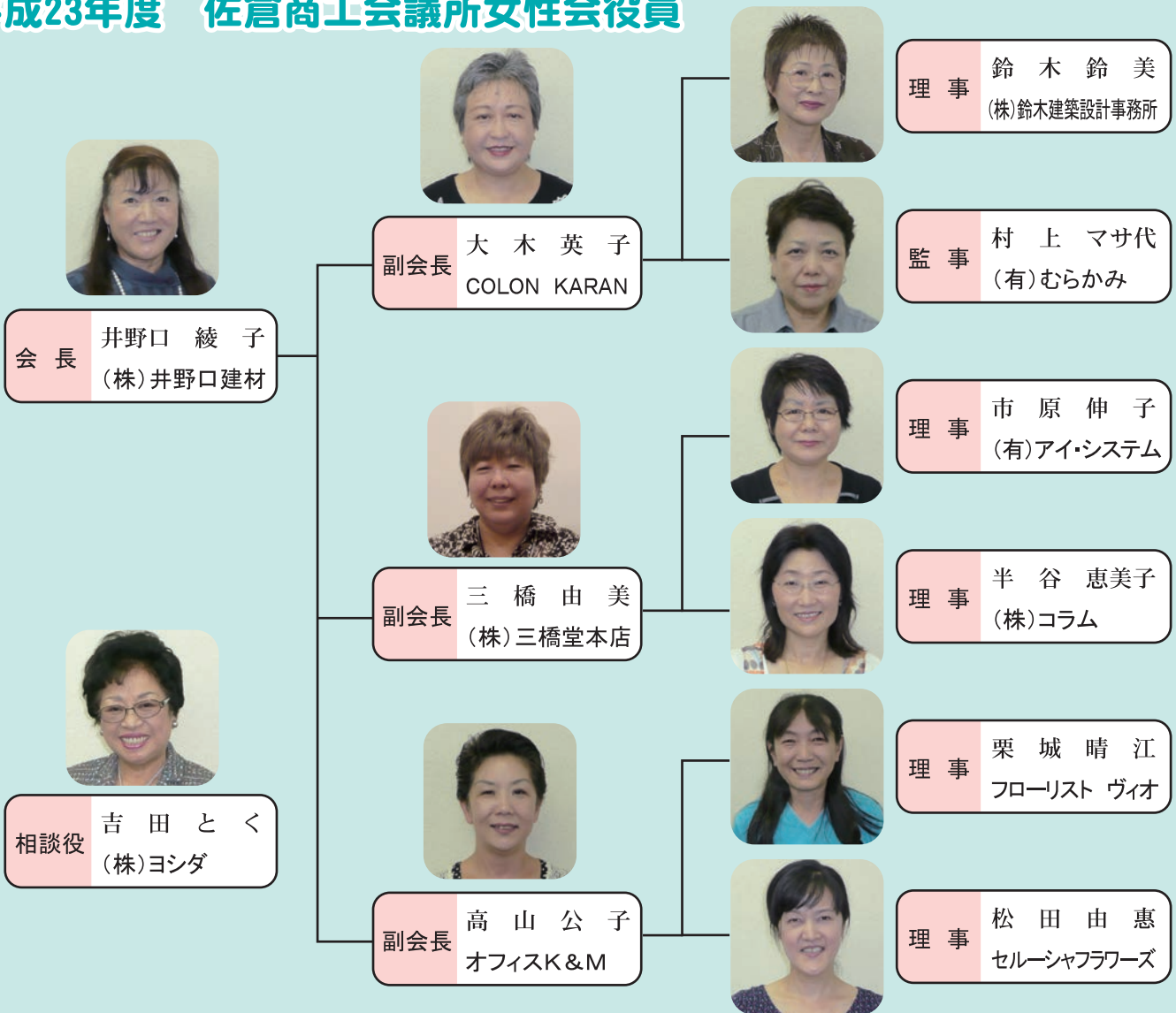
続いて新任の理事にも力強く抱負を語っていただき、会場は終始和やかな雰囲気につつまれました。

懇親会の最後には、今回の役員改選と同時に、後任事務局にバトンタッチすることになった会議所事務局の鶴岡様と感謝の気持ちをこめた握手を交わして、盛会のうちに終了いたしました。



ご退任されたみなさまありがとうございました

平成23年度 佐倉商工会議所女性会役員



平成23年度 新春講演会&新年会

平成23年度、新春講演会&新年会は、1月28日に「リス・トランテ・カステッロ」で行われました。

井野口会長の挨拶から始まり、カステッロ主宰の山田直喜シェフの講演は『「お待ちしていただきましたの心」くお客様に喜んでいただけるお店であり続けるために』を演題に行われました。後継者であるご子息も登場し、イタリアについてや食育に関わる活動などを話されました。イタリア料理へのこだわりと、それ以上に広く深い「食」に対する熱い想いを感じました。

新年会は、美味しいお料理とシェフのお仲間のギターとたいこ(?)の生演奏が店内を心地良く流れる中、皆様の笑顔で女性会らしい華かな場となりました。



熱く語る講師と参加されたみなさま

関東商工会議所女性会 連合会 特別講演会

3月11日(金)東京商工会議所に於いて関東商工会議所女性会連合会特別講演会が開催されました。香山リカ氏による「気持ちをラクにしてくれる人生の法則―精神科医からの提言」の開始後30分後に発生した東日本大震災により講演中止となりました。当会からも25名参加いたしました。混乱の中無事帰宅できましたことは幸いでした。

義援金報告

この度の東日本大震災の被災地の皆様に千葉県商工会議所女性会連合会を通して3月31日、当会より12万円をお届けいたしましたことをご報告申し上げます。

広域事業Cブロック活動 のお知らせ

日時 平成23年11月8日(火)
場所 D・C川村記念美術館
皆様のご参加をお願い申し上げます。

新事務局紹介



鶴岡様、長い間本当にありがとうございました。

新担当 三谷 晃生

5月19日の女性会総会をもって、新しく担当になりました業務推進課の三谷です。皆様にはご迷惑をおかけすることも多いかと思いますが、何卒よろしくお願いいたします。

新広報委員



川端篤子

編集長
平野寿枝子

上田節子

伊藤佐緒里

副編集長
穴倉昌子

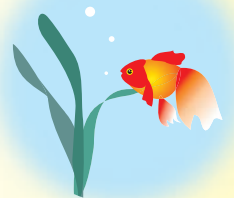
升崎百合子

よろしく願い申し上げます。

しっかい学習しっかい実行!



地区懇談会 開かる



工夫に協力!「ひんやりミニストール」作り

省エネ料理で夏を乗り切る!

節電を明るくもりたてよう!

臼井地区

7月15日
佐倉市臼井田西地域防災会館
市原 伸子先生
参加人数 32名



コットンの布で作るミニストールは、首筋にあたる部分に小さな保冷剤を入れて使用するのがミソです。市原先生のご指導を受けながら、手縫いで手際よくストールに仕上げていきました。この「ひんやりミニストール」を日頃お世話になっている地域の皆様に広く使っていただくことが省エネ活動になります。ストールの数だけ、笑顔が生まれ今年のもっとも暑い日も少しだけ和らいでいただければうれしいです。「作り方」を参考に出来る人が出来る範囲で実行していくことが大切だと思います。

志津地区

7月21日
志津公民館
佐倉市食生活改善推進員
杉山 ふみ子先生
参加人数 26名



杉山先生にご用意いただいたテキスト「野菜足りていますか 簡単レシピ」の中から「節電・省エネ」をキーワードに5種類の料理を教えていただきました。今回の手早くおいしく出来る料理は、何かと忙しい私達商工女性向きメニューばかりでした。それにどれも材料を変えてアレンジすればレパートリーは更に広がります。試食を楽しみながら、それぞれが実行している省エネの情報交換で盛り上がり、エコライフへの意識を深め合えた研修会となりました。皆様、上手な省エネで健康的に夏を乗り切りましょう。



佐倉地区

7月28日
佐倉商工会議所三階大会議室
資源エネルギー庁節電サポート事務局
参加人数 29名



- 今年の夏の電力ピーク期間、時間帯「7月から9月の平日9時から20時」における使用最大電力の15パーセント抑制の方法について学びました。
- ① エアコンで節電!
温度28度に設定する。
 - ② 冷蔵庫で節電!
冷蔵庫を壁から10センチ離し、中身をスリムにしてスイッチを中にする。
 - ③ 照明で節電!
コンセントをこまめに抜き、従来型電球をLEDに変えると1-10カット。
 - ④ テレビで節電! 主電源を消す。
 - ⑤ 待機電力を削減! こまめにスイッチを抜く。
 - ⑥ 他にもこんなところで節電! トイレの便座のふたをしめるだけでも1%の削減になる。

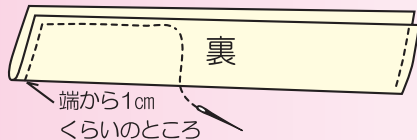
くひんやりストールの作り方

①短い方の1辺を0.5mm幅の三つ折りにして縫います。

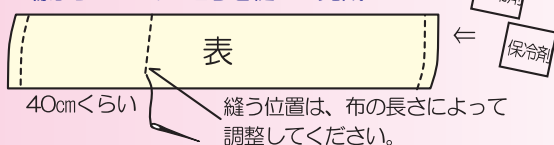
0.5cm幅の三つ折



②布を二つに折って縫います。



③布を表に返して①で縫っていない方の端から35cmのところを縫って完成!



MENU

- 野菜スープ (お野菜の栄養を手軽に摂取)
- とり肉のガレット (簡単でおしゃれな一品)
- ゴーヤの白和え (ヘルシーで栄養価満点)
- ひじきご飯 (ミネラルを手軽に取り入れて健康)
- にんじんゼリー (おやつも健康志向)

ゴーヤの白和えの作り方

- 【材料】
- ゴーヤ 中1/2本
 - きくらげ 5g
 - かに風味かまぼこ 4本
 - 下味しょうゆ 小さじ1
 - 絹ごし豆腐 1丁
 - マヨネーズ 大さじ1
 - すりごま 小さじ2
 - 薄口しょうゆ 小さじ1
 - 塩 少々

- ①ゴーヤは縦半分になり、薄切りにする。
- ②きくらげは水で戻し薄切りにし、①と一緒に塩1つまみの熱湯でさっとゆであげ、しょうゆで下味を付ける。
- ③かに風味かまぼこは横半分になり、ほぐす。
- ④豆腐は水気を切ってAを加えてなめらかにする。
- ⑤冷ました②③を④で和える。



皆と一緒に調理する 杉山心み子先生

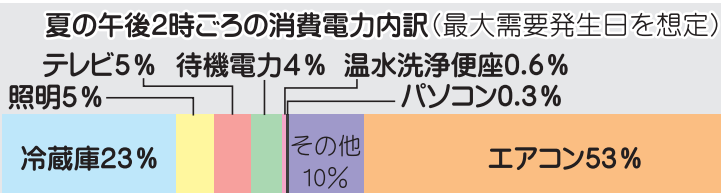


地区懇談会を終えて

今回の災害を発端に私達の生活が電力エネルギーに大きく支えられていたことに改めて気づかされました。

これからは、自らのライフスタイルや行動を見直して無理のない省エネ活動をしていきたいと思います。

笑顔は「省エネ」しないでね!



出典：資源エネルギー庁推計※数値の合計は端数処理の関係で100%を超えます

愛 LOVEファミリー

穏やかな
優しい主人と…

（株）積田呉服店

積田 藤美



先代が白井にお店を構えたのが、昭和二十六年。最初は呉服と衣料を取り扱っていましたが、先代が亡くなった後、寝具と衣料雑貨に切り替え販売しています。
布団も時代の流れで羽毛、羊毛、真綿と色々取り揃えています。



すが、昔ながらの綿布団のリフォームもしております。
穏やかで優しい主人と、野の花が大好きな私も佐倉市に生まれ、おいしい水と緑豊かな環境の中で、仕事が出来るといふ事はこの上ないぜいたくに思えます。
素直な長男・長女に恵まれ、ときには体調を気遣うやさしい一面をのぞかせてくれます。
私達夫婦の宝ものです。
最近では、色々な所で不景気だ、経営が厳しい等という言葉が耳に入ってきます。この様な時こそ「来て良かった」と思われるようお客様を笑顔でお迎えしていきたいと思えます。これからも宜しくお願ひ致します。

奉仕事業部

私達にできる
エコ活動

「捨てればゴミ 集めればワクチン」
ペットボトルキャップ800個で
1人の命が救える！貴重な資源です！

第5回 エコキャップ回収報告

累計925,200個 (5/11現在)
【ポリオワクチン1,156.5人分】



協力していただいている大明貿易の方と一緒に

知恵袋

香りでごっすり

玉ねぎ「伝統的な安眠薬」

玉ねぎは安眠薬といい伝えられています。玉ねぎをぎぎむとツーンと鼻にきて、涙がとまらなくなり、それは涙腺を刺激する硫化アリルの働きによるものです。この物質には心身の緊張をほぐす鎮静効果があるといわれ、寝つきやすくしてくれます。昼寝をしない幼児にこの玉ねぎの匂いがかがせたところ、ほとんどの子供たちが眠ったという話もあります。

「やりかたは・・・」

- *きざんだ玉ねぎを皿に入れ、枕元に置く。
- *玉ねぎの量は匂うか匂わないかの少量にするのが決め手。
- *多すぎると匂いが気になって逆効果になってしまいます。



ひとりごと

昨年の六月、古希を迎えた私です。十数年前、娘に一人で生活して行くには趣味を持ち楽しく生きてほしいと言われ思い切って憧れていたフォークダンス、そしてボーリング、書道に挑戦しました。どれも皆週一回のレッスンでとても覚えるのに時間がかかりました。もう少し若かったら・・・

フォークダンスは、意外とハードなので疲れが残ります。楽しいです。ボーリングは楽しく。そして、年二、三回は皆で旅行に行きます。支え合える仲間にも恵まれ幸せです。昨年十月、急に娘が帰って来ました。「お母さんが心配になってきたので」との事。まだまだ元気なのに・・・

これからは、愚痴は言わないとして思いやりと優しさと、健康でいつもにこにこの精神で行きたいですね。皆様にご挨拶する毎日です。ありがとうございます。
(ピンクのバラ)