

# JA北海道厚生連「あなたの健康づくり応援します！」

JA北海道厚生連  
あなたの健康づくり応援します！  
・元気な体で寒い冬を乗り越えよう。



温感成分がじんわり浸透し、ほっこり温まります！  
**グルコサミンダイレクト**

〈1瓶85g/約1ヶ月分〉 3,800円（税別）  
グルコサミンとエミューオイル配合クリームです。1日に2～3度、気になるところに5分～10分程度マッサージしながら塗り込むだけ。

**【こんな方にお勧め】**

- スムーズに（活発に）動きたい方
- ふしぶしの動きが気になる方
- 運動で筋肉を使う方
- デスクワークが多い方



冬の野菜不足に！  
**野菜酵素青汁**

〈3g×31包〉 2,200円（税別）  
栄養価の高い大麦若葉の新芽のみ選別。さらに、ケール、桑の葉、ゴーヤ、明日葉の合計5種類の青汁を配合。100種類以上の野草・野菜・果物を発酵させた食物酵素をプラスしました。牛乳、ヨーグルト、お茶、黒酢などに混ぜても美味しく頂けます。

**【こんな方にお勧め】**

- 食生活が偏りがち
- 生活習慣が不規則
- 便秘気味
- 美容と健康が気になる



180億個のナノ型ラブレ菌配合！  
**ラブレゼリー**

〈10g×30包〉 3,000円（税別）  
ラブレ菌（植物性乳酸菌）とガラクトオリゴ糖を配合しています。ラブレ菌は腸で働く力が強く、ガラクトオリゴ糖は腸内の善玉菌の栄養源です。善玉菌を増やして腸の働きを活発にします。

**【こんな方にお勧め】**

- 腸内環境を整えたい方
- 肌荒れでお悩みの方
- ストレスが多い方

商品に関する  
お問い合わせは

JA北海道厚生連 医薬事業部 配置薬課  
フリーコール 0120-99-4193（無料）・受付時間 平日 8:30～17:00

# JAしずない女性部 しめ飾りづくり体験教室を開催しました！

木田正子部長（部員46名）をはじめとする女性部では、初の試みとして地域との交流も兼ね、12月1日に町公民館で、小学生の親子を対象とした「親子でしめ飾り作り講座」を教育委員会と合同開催しました。

当日は、5～6年生の親子6組・2年生の親子2組19名が参加しました。女性部部員（OB3名を含む）12名が講師となり、参加した親子とマンツーマンで、すげ草をリースの形にする事から始め飾り付けをし、約2時間で完成する事ができました。

参加した親子からは、「上手にできたので、来年も楽しく迎えられそうです」「ありがとうございました、来年もまた参加したいです」「きょうな体験ができて良かったです」「本物の素材で、自作のしめかざりが作れてうれしいです」「本物素材で作れたのが良かったです」「稲ホのにおいとかわいい香りの中で作ることができたのが幸せでした」など嬉しい声を頂く事ができ、女性部員も楽しい時間を過ごす事ができました。



全部手作業です！



仕上げに入っています



参加者達と記念撮影

女性部では、この他にも部員を対象とした料理教室・交流会・日胆研修会など様々な行事を行っています。興味のある方は、営農課（担当 保土沢・越田）まで御連絡ください。（42-1051）