

今月のテーマは・・・

「2023年の抱負」

キレイな家でスツキリ！

『家の中をキレイにする』です！
周りを見渡すと、気になる所ばかり。次の休みにはココをこうしよう！あそこをあーしよう！気持ちはあるけれどちっとも思った様には出来ず…ダメな自分にストレスの日々。この悪循環を打ち切って2023年をスツキリ過ごそうぞー！！

八戸市の組合員さん

色々とモヤモヤする世の中だからこそ物を減らして、心もスツキリさせたいです！！わたしの抱負！

むつ市 うくばくさん

2023年こそ、「断捨離」をしたいと思っています。あとで、あとでと後まわしになって、一向に前進しません。何か、毎年、同じ事を言っている気がします…。

八戸市 N・Kさん

コツコツお勉強

チラシの裏に印刷されていない紙(チラシ)を集めておきます。国語辞典の1ページに記載されている漢字をチラシのまっ白い面に書くのです。簡単な漢字が少しずつ忘れていくようで…。無理なく毎日続けていけたらいいなと思います。因みに今日はチラシ2枚ゲット！！これで58枚になり2023年が今から楽しみです。

三沢市 へばなくさん

洋書(訳本)を読むことです。登場人物の名前の長すぎ、男性か女性かわからなくて敬遠してしまいましたが、メモをとりながら少しずつ読んでいきたいと思っています。

むつ市 ゴッホンさん

最近物忘れが多くなって来た。特に人や物の名前が出て来ない。孫が漢検の勉強をして、時々聞かれるが、たまに？があったので、次の級の問題集を購入して勉強しようと思う。まだまだボケられない！

八戸市 E・Kさん

お花を通して

来年はガーデニングを頑張りたいです。先日もピラミットあじさいの苗を購入、いろんな種類のあじさいをふやしていきたいです。お花を通して、お客さんと話がはずみ、あげたり、もらったり楽しいです。お花を観ていると心が和みます。

中泊町 C・Yさん

最後まで使い切る

食品ロスを減らす！！
冷凍庫にいつのかわからない肉を数個見つけてしまったので、食べ物を無駄にしないようにしたいです。

むつ市の組合員さん

みんなでダイエット

来年の抱負はずばり、ダイエットです！産後2年以上たつのに、あと2〜3キロが戻らずあきらめてしまいましたが、気を引きしめてがんばるぞっ！！

むつ市 M・Oさん

ダイエットです。2kg減量です。何回も挑戦していますがリバウンドを繰り返します。健康の為に念じて又挑戦です。

新郷村 N・Sさん

ここ数年、毎年同じ抱負です…やせる事！！出産前の体重に少しでも近づきたいです。そして姿勢も良くしたいです。

八戸市 W・Sさん

2022年は健康のため…と一念発起してダイエットに本格的に取り組みました！！毎回途中で挫折して元に戻ってしまったのですが、今回はマイナス6kgを達成！健康診断でも褒められました！！2023年も緩めることなく、引き続きダイエットを続けます！目標はマイナス5kg！！です。頑張ります

八戸市 Y・Kさん

楽しみを見つける

ベトナムに友人夫婦と夫、私の4人で旅行に行きたいです。
友人の息子さんがそちらで仕事をされています。体調を整えて、体力をつけて、工夫して生活し、ちまちまお金をためて…。計画をたてないと実現しないから…。抱負としてあえて、言います！！(笑)

むつ市 A・Mさん

毎年、抱負を考えていますが基本は同じです。そしてその年に特に頑張りたいことを1つずつプラスしています。抱負は、きれいな紙に書いて手帳に貼り、時々見ながら意識して生活するようにしています。

七戸町 月見草さん

とにかく前向きに！今年に入ってからあまり良い事がなく、体調不良(更年期・コロナ)不幸が続き、親せき間のゴタゴタ。気持ちがずっと底辺をはっていています。来年は少しでも上向きになりたい。

むつ市 Y・Kさん

三味線の習いごとがとりあえず1年3ヶ月続いています。来年はじょんからを弾けるようになります。

三沢市 M・Sさん

笑顔！です。笑う門には福が来る。という言葉がある通り、やはり笑顔のいい人、いつも笑っている人のところには人が集まり、暖かい気持ちになりますよね。そんな人になりたいので辛いとき苦しい時あると思うけど前向きに笑顔でいきたいです！

八戸市 M・Kさん

3月号のテーマは

「日頃からしている防災」

です。

3月11日は、東日本大震災が発生した日です。地震ではありませんが2022年は大雨災害などがありました。あの日の災害を忘れないため、改めて防災を意識するためテーマを設定しました。皆様からのご応募お待ちしております。

氏名(よみがな)・組合員番号・掲載時のお名前を明記の上、ご応募ください。べ切は1月22日(消印有効)です。ご投稿お待ちしております。

*今回の「組合員の交流コーナー」は、皆さんからの投稿「はばたき」レポートさんのご協力で、紙面を作成しています。ご協力ありがとうございます。

宛先 おハガキの場合、〒038-0012 青森市柳川二丁目4-22 コーポあおもり本部 広報担当宛て メールの場合は、habatakicoop@aomori.comまでお寄せください。パズルの応募と一緒に投稿もお待ちしておりますので、よろしく願います。



はばたき宛て
メールフォーム
こちらからも
投稿できます。