

とす きやま 情報便

2025年

8月号

発行者：

鳥栖・基山エリアくみかつスタッフ

組織企画部：0952-31-3977

発行日：8月1日

報告

7月1日(火)田代まちづくり推進センターにて 「生き活きリフレッシュ体操」を開催しました



初瀬淑恵先生

こんにちは！
これから皆さんと一緒に体を
ゆっくりとほぐしていきたい
と思います。
さあ、始めましょう(^0^)/



はい！あと3回！
足は止めないでね！

日ごろ運動する機会のない方々を対象に自宅でもできるストレッチや
少し意識することで体が変わることなど、笑いを交えながら丁寧に教えて
いただきました。動き始めたころは「みんな～顔が怖いよ！」なんて初瀬
先生に声掛けされていましたが、最後の全員写真撮影の時には程よい疲れ
とともに表情もほぐれ、ほとんどの方がまた参加したいです！と
アンケートに答えてあり企画して良かったと思いました。



空気が少し抜けてるボールを使い様々な動きをしました



股関節が体の
カナメですよ！

左にぐーっと伸ばして



膝を胸まで持ってきて・・・
最後のストレッチです

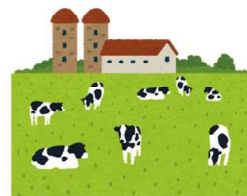


動き始めた時、緊張で硬かった表情も
終わってみればこの笑顔 (*^^*)



報告

Youtube 配信で大山乳業の 学習を行いました(^^)／



大山乳業農協は鳥取県の酪農家で組織した専門農協で、お馴染みの「白バラ」マークの牛乳をはじめとした多数の乳製品を取り扱っています。

大山乳業関連のオススメ商品！！

★は、組合員さんからの声です

【CO・OP 牛乳 70%アイスバー】

大山乳業の生乳を 70%配合。
乳化剤・安定剤・香料を使用しないで、ミルクの風味を生かした素朴な味わいのアイスバー。

★昔ながらの正統派アイスミルク。優しい味わいで暑い日でもサクッと食べられます。



新栄店にて購入
できます！！



【CO・OP 大山乳業の特選牛乳を使ったふんわりドーナツ 8 個入】

生地の水を一切使わず、牛乳と豆乳でねりこんだコクがあり
ふんわり軽い食感のドーナツです。
豆乳を隠し味にし、甘さを抑えた上品な味わいです。

★甘さ控えめでサイズもちょうど良い。
添加物が入っていないのが嬉しいです。



カタログでも
購入できます！



【産直ぶどう 始まりました！！】

今年も、この季節がやってきました。
エリア限定、井上さんの産直ぶどうの販売です。
減農薬で作る安全安心の、ぶどうです。
ご注文については、別途、ご案内チラシがあり、
【注文番号】での注文になります。

出荷量によっては早く終了することもあるので、お見逃しなく(^^)♪



生産者の井上さんご夫婦

★防災イベントのご案内です★

みんなで、防災について考えませんか？
ぜひご参加ください！！

