



石和カフェ 通信

3月26日(火)11時～15時
にじいろマルシェ開催します

昨年の5月から毎月 石和カフェの店舗内で開催しているにじいろマルシェですが、次回開催が3月26日に決まりました。私は毎回キッチンカーが一番楽しみにしているのですが、今回は「びすとろ SID」さんが来てくれるそうです。SIDさんは元バンドマンだそうで、料理人を10年経験後2021年よりキッチンカー事業をスタートされています。これまで色々なキッチンカーが来てくれましたがイタリアンのキッチンカーは初めてだと思うので、何を食べようか今から楽しみにしております。当日のメニューやその他の出店者さんの詳細については「にじいろマルシェ」さんのInstagramで発表されるのでチェックしてみてください。皆様のご来場お待ちしております。



3月25日 4月16・23日
ヨガ教室が開催されます

卓球棟の2階スペースにて3月25日・4月16日・23日(10:00～11:00)にヨガ教室が開催されることが決定しました。みなさん最近身体を動かす機会が減っていませんか？肩こり腰痛などありませんか？ヨガでは普段なかなか使えていない筋肉や関節も含めて全身を使う事で、自分の身体と対話することができます。正しい知識や身体の動かし方を先生に教えてもらい健康な身体づくりをしましょう。会場の様子が気になる方はご案内しますのでスタッフまでお問い合わせください。ヨガ教室の詳細についてはInstagramの「@ayaka.yoga24」をご確認ください。



開運筆アートワークショップを開催します

筆ペンで字を絵のように描く書「開運筆アート」のワークショップを当店で開催します。お礼状、年賀状などをこんな風に自分で描いたら素敵ですね。書道経験が無くても問題なく描けるそうなので、ご興味ある方は是非ご参加ください。

【主催】開運筆アートふわろ 増田 智絵里先生

【日時】4月12日(金) 10時～12時

【定員】8名

【持ち物】ペんてる筆ペン 品番:XFL2L XFL3L

※初めての方は手ぶらでOKです。筆ペンなどのお道具一式お貸しします。

【参加費】3,000円 プラス ワンドリンク

【会場】石和カフェ

【申込み】開運筆アートふわろのSNS

または石和カフェへお問い合わせください



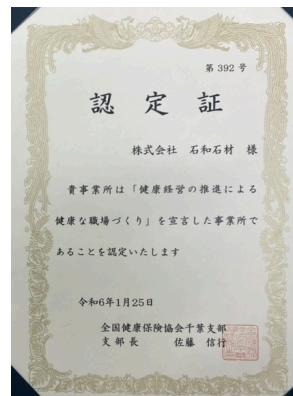
第13回お墓参り写真展 開催中



私が所属している「お墓100年プロジェクト」と言う団体が毎年開催している「お墓参り写真展」が今年も開催されています。これは家族等でお墓参りのシーンを写真に撮っていただき、その写真のエピソードや亡き方へのメッセージを添えて応募していただく企画です。応募期間は3月1日～5月19日までで、7月15日に選考結果が発表されます。大賞は3万円の商品券＋景品で、大賞以外でも入選すると景品が貰えるそうです。こう言うのはなんですが、割と応募数も少ない企画だと思うので当選できる確率も高いと思います。なので是非是非素敵な写真を撮って応募してみてください。詳細についてや応募方法はインターネットの検索サイトで「お墓100年プロジェクト」と検索していただければトップに出てくるのでご確認ください。

健康経営の推進による 健康な職場づくり

今年も健康保険協会さんより「健康経営の推進による健康な職場づくり」に取り組んでいる事業所として認定していただきました。主には月に一度元キックボクシングチャンピオンの今野顕彰さんを招いて開催しているキックフィットネスを評価していただいたの認定です。弊社の社員はみんな私よりも年上で営業職は特に運動不足になりがちな職種なので、身も心も健康でいられる様に今後も取り組んでいきたいと思ひます。



スバルサンバートラック DIY整備



これまで車にはそれほど興味がなかったのですが、一年半前に購入したジムニー以降は自分で整備するのが本当に楽しくなっちゃい、すっかりハマっています。先月は2005年度登録19万キロ走行のサンバートラックを購入し、古くなった部品や汚れている部分の洗浄などをコツコツやって楽しんでいます。今は整備を教えられる先輩とかがいなくてもYouTubeにいくらでも動画があるし、SNSで投稿すると親切に「ここはこうした方がいいよ」とか仲間が教えてくれたりします。だから益々ハマってしまうんですね。オタクには本当に良い時代です。ジムニーとサンバー好きな方いらっしゃったら是非声かけてください。情報交換しましょう！

お陰様で44歳になりました

2月20日に誕生日を迎え、お陰様で44歳になりました。もうすっかり誕生日を喜ぶ年齢でもなくなっちゃいましたが、健康で幸せにこの日を迎えられたことを、ご先祖様や両親、またいつも支えてくれている家族や社員に心底感謝しております。これを読んでくださっている皆様は私よりも先輩が多いので怒られてしまうかもしれませんが、30代の頃とは違い、疲れが抜けにくくなったり、気が付かないうちに新しいことに挑戦する向上心が薄れたりしている気がします。しかし、まだまだやりたい事が沢山あります。だから「今日の自分が一番若いのだ!!」という意識を常に持って、1日1日を大切に生きていきたいと思ひます。

