



きんがす便り

2021年
8月号

kingas-tayori

着物を着る

着物を着て気分転換しています。もう着ないからと沢山着物や帯を頂きました。帯は簡単に着付けられるよう不器用ながらも自己流の作り帯にしてストックしています。コロナ禍ですし外出する訳でもなく携帯で写真を撮って気がすんだら直ぐ脱ぎますが(笑)。自己満足の気分転換です。

61歳/主婦

比奈知ダムに行く

私は、今年の春先あたりから週末の早朝6時位でしょうか、「比奈知ダム」に行きます。とても静かで絶景です。朝に湖畔あたりに朝霧が立ち最高の眺めです。一週間の疲れがふっとぶように癒されます。あなたもぜひ足を運んでみては?

59歳/市任用職員

刺繍

毎日バタバタと家事や育児に追われてなかなかゆっくりと自分の時間がないのが現実ですが、少しの空いた時間にデザインを考えたり刺繍をしたりして無になる時間を過ごすことが気分転換につながっています。刺繍時間があるからこそ家族で過ごす時は家族時間を大切にできていると思っています^^。

37歳/パート

美容院でイメチェン&マッサージ

私の気分転換は美容院に行くことです。ヘアスタイルをかえたり、頭のマッサージヘッドスパをしてもらったり、気持ちよくなって気分スッキリです。その帰りはいつも好きなケーキを買って食べます(笑)

68歳/主婦

漫画を読む

落ち込んだ時は漫画を読むのが一番!小説よりはとつき易く、じきに漫画の異世界に没入してしまう。説教臭くもなく、良質な力作が多々ある。脳内が漫画で上書きされる感じです。(散歩や手仕事など体を動かすのも良いです)

49歳/会社員



テニス

私の気分転換は週3回のテニスです。60代~80代近くのテニス仲間10名とテニスをしています。それも「ゲームは無し」。ストロークとボレーの練習のみ。ゲームを行うと「入った」「いや、ボール半分出ている」と言い合いになり、険悪なムードになることも…。練習なら、その心配は無し。力いっぱいボールを打ち、相手コートに突き刺されればイライラ、落ち込みも一気に解消。お互い、「ナイスボール」と声をかけあっています。

73歳/男性

歴史・文化めぐり

名張で歴史と文化をめぐる散策が気分転換です。最近歩いたルートは、美旗駅をスタートし、新田水路がある場所で分水塔や常夜灯、新田水路を見て歩き、組紐作家さんの運営する「堤側庵」ギャラリー前で少し休憩。組紐作家中内さんからは以前に伊賀・名張で組紐が広まった歴史を聞きました。昔名張では農家に妙齢の女性が居たので(他の村落では女中などに出していたらしい)、その方々が冬場の小銭稼ぎに来て中内さん宅でも集落の女性たちを雇って家内手工業のような形で生計を立てていた話を聞きました。その後、駅に戻り、名張駅から藤堂家邸まで歩き、藤堂家で武士の甲冑で組紐の実物を見学。その後に、徳蓮院で水田開発に携わった武士親子の歴史を読み解き、藤堂家のお墓を少し遠目に見て終わりです。名張には、探せば掘り出し物の歴史と文化があるので、そんな場所をもう少し地元民(享保から家がある)として深掘していこうと思っています。

30歳/社会人学生

断捨離

断捨離です。と言ってもあくまでも小規模に、台所(キッチン)の引き出しだけとか、押し入れひとつとかこまめにやります。不用品は必ずあるので、片づけるとスッキリします。

62歳/専業主婦

たくさんのご応募、
ありがとうございました!

本音がわかる?! 心理テスト

あなたは占い師を探しています。「この人には
みてもらいたくないな……」という占いはどんな人?

●結果は裏面を見てね!

- A すごく厳しそうな顔つきの人
- B 見た目が派手すぎる人
- C 見た目が地味で暗く見える人
- D カジュアルな格好をしている人



いつまでも脳を若々しく 脳トレに挑戦!

上下左右にある漢字と組み合わせで二字熟語を4つ作れる漢字を考えてください。
●答えは裏面を見てね!

4つの二字熟語を作って
前頭前野を活性化!

【例】

	職	
産	業	種
	績	

Q1.

	答	
勘		論
	護	

Q2.

	狂	
歓		劇
	悦	

Q3.

	勇	
容		勢
	見	

お問い合わせ

Daigas Group

大阪ガスグループは、Daigasグループへ。

名張近鉄ガス株式会社

〒518-0621 名張市桔梗が丘1番町1街区5番地の1 FAX.0595(65)9631

URL <https://www.kintetsugas.co.jp/> 名張近鉄ガス 検索

TEL:0595(65)2311

【お問合せ時間】
AM9:00~
PM5:00 (年末年始除く)

