




ひまわり通信

特定非営利活動法人
「NPO千の風」
ひまわり栗生発行 NO24
2017年4月

新年度の運動教室が始まります

 まだ参加されていないかた
ごいっしょに運動しませんか

4月は心おどる季節です。

2017年度の運動教室が始まります。みなさん体調はいかがですか。

腰痛や膝痛、転倒や骨折などで身体を動かす機会が減ると、外出が億劫になり、心身の機能が低下してきます。身体を動かし、頭を使うことで元氣な日常生活が取り戻せます。

- 毎週水曜日 14:00～15:30
- 第2住宅集会所



回	月	日
1		5日
2	4月	12日
3		19日
4		10日
5	5月	17日
6		31日
7		7日
8	6月	14日
9		21日
10		28日
11	7月	5日
12		12日

「大正琴のおけいこ」してみませんか

- 4月の稽古日 4月14日(金) 13時～

ちょっとレトロな音色が魅力の大正琴、はじめませんか。月1回(第2金曜:午後)のお稽古を予定しています。初めての方も大歓迎です。

アロママッサージでリラックス～♪

- 4月の集い 4月26日(水) 13時～

素敵なお香りに包まれて、リラックスしませんか。ハーブティなどご用意します。お友だちとごいっしょに。

街かどディハウス ひまわり栗生 ありがとう 10周年

街かどディハウス「ひまわり栗生」は地域のみなさまに支えられて無事10年を迎えることができました。

10月に記念事業を計画しています。地域の方をお招きして、利用者のみなさん、スタッフのみなさんとともに10周年をお祝いしたいと思います。

日程や詳細など都度、「ひまわり通信」でお知らせします。作品展示などアイデアをお寄せくださいね。

特定非営利活動法人

NPO千の風 いきがいワーク

ボランティア交流会に参加

3月25日(土)「千の風」のボランティア交流会に参加しました。

中途障害の方の作業所として2015年に10周年を迎え、さらにパワーアップしています。当日参加してみて本当にたくさんのボランティアの方々に支えられての「千の風いきがいワーク」であることを痛感しました。みんなのはじけるような笑顔が印象的でした。



認知症予防教室も計画しています

昨年度好評だった認知症予防教室を5月の連休明けからのスタートで予定しています。

詳細が決まりましたらお知らせします。お友だちを誘ってご参加くださいね。