



# 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 NO45  
2018年12月

## 「クリスマス・忘年会・誕生会」 ご案内

今年は集会所を借りて、より多くの方に楽しんでいただけるよう準備をしています。

出し物も大好評のウクレレ漫談、大正琴、南京玉すだれなど、楽しい企画を募集しています。

ビンゴゲームで素敵なプレゼントをGet。  
スタッフ一同、お食事やケーキを用意して、お待ちしております。



- 開催日 12月26日(水)
- 時間 12時～
- 会場 第2住宅集会所

この日が、ひまわりの最終日です。みんなで楽しく過ごしましょう♪

お食事の準備があるので参加・不参加をお申し出ください。参加費は800円です。

## 11月のお誕生会

♪～Happy Birthday to You～♪で賑やかに始まったお誕生会、今回参加のうちのお2人は卓球のみ利用の方で、初めてお会いする方もいて、お誕生会終了後も、ひまわりのあれやこれやの質問やおしゃべりが続きました。



今日は素晴らしいプレゼントをいただきありがとうございます。感謝です。

お礼のメールをいただきました。

## 脳と身体のいきいき講座

略して「脳いき講座」佳境に！

「脳いき講座」今回は10/30のお散歩「秋を見つける」をご紹介します。ビジターセンターの自然観察指導員の久保さんの案内で団地に咲く花や紅葉、勝尾寺の川原の野草や自然を楽しみました。



勝尾寺川の河原に咲き乱れるヨメナの花にみんな歓声をあげて花束にしました。

「タンキリマメ」「姫そば」など初めて知る花の名前に心踊る秋の1日でした。

## プログラム紹介

シリーズNo.2 卓球

今回ご紹介するのは卓球です。月2回、練習場所は「鐘の鳴る家」です。みなさんお元気でいきいき楽しんでいる姿に「私もがんばらなくては!」とスタッフの声。

- 開催日 毎月第1・第3水曜日
- 時間 午後1:30～3:30
- 会場 コミセン鐘の鳴る家



7月から新しい仲間も加わり、ますますパワーアップ。モグモグタイムも楽しみです。