



ひまわり通信

4月に咲く花 ライラック(花言葉 思い出・友情)

特定非営利活動法人
「NPO千の風」
ひまわり栗生発行 NO49

2019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

桜の開花の声を聞くと心おどりますね。

2019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
元気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 | 4月 | 3日 |
| 2 | | 10日 |
| 3 | | 17日 |
| 4 | | 24日 |
| 5 | 5月 | 8日 |
| 6 | | 15日 |
| 7 | | 29日 |
| 8 | 6月 | 5日 |
| 9 | | 12日 |
| 10 | | 19日 |
| 11 | | 26日 |
| 12 | 7月 | 3日 |

2月のお誕生日会



2月28日に行われた
お誕生会、南さんは29日生まれて4年に1度
しか歳をとらないとうらやましがられていま
した。美味しいマロンのロールケーキをいただき
ました。

●大型連休(GW)の予定

2019年のGWは下記の
日程で「ひまわり栗生」を閉所
させていただきます。利用者みなさんには
ご不便おかけいたしますが、ご了承ください。



| 月 | 日・曜日 | |
|----|-------|------------|
| 4月 | 27(土) | 閉所日 |
| | 28(日) | 閉所日 |
| | 29(月) | 昭和の日 |
| | 30(火) | 退位の日 |
| 5月 | 1(水) | 即位の日 |
| | 2(木) | 祝日にはさまれた休日 |
| | 3(金) | 憲法記念日 |
| | 4(土) | みどりの日 |
| | 5(日) | こどもの日 |
| | 6(月) | 振替休日 |
| | 7(火) | 閉所日 |

東生涯学習センター

グループフェスティバル見聞録

3月9日、東生涯学習センターを利用され
ているサークルの発表会があり見にいっ
てきました。ホールでは、コーラス、ジャズ
ダンス、バレエ、吹奏楽など多彩な発表、
展示会場では絵画、書道、写真などなど、

利用者さんの水墨画は田舎道を可愛い童
たちがどこか懐かしい。フラワーアレンジメ
ントは優しい色づかいに癒されます。



「通信に載せさせてね」と言うとSさん、
にっこり、優しい笑顔で応えてくださいまし
た。Sさんは「ひまわり」では卓球を楽しんで
いただいています。