



ひまわり通信

サルビアの花言葉「尊敬」「知恵」「家族愛」

特定非営利活動法人
「NPO千の風」
ひまわり栗生発行 NO55
2019年10月

ひまわり栗生体験会

- 日時 10月9日(水) 11時~15時
- 会場 栗生第2住宅集会所
- 参加費 500円(お食事付き)

今回、卓球だけは残念ながら体験していただけませんが、日頃のひまわりでのプログラムを一挙に楽しめる企画「体験会」です。地域のかたにも見学にきていただきます。

利用者さんが作ってくださった素敵な小物の販売もあります。お楽しみに~♪



大正琴演奏

11時のオープニングに素敵な演奏を聴かせてくださいます。



健康麻雀 初心者麻雀教室

当日、麻雀をしてくださる方、大募集です。スタッフまでお申し出ください。



エッグポマンダー

アロマ体験教室

・午前 11時~定員 5名
・午後 13時~定員 5名
基本は見学者の方優先です
参加ご希望の方、スタッフまでお申し出ください。



編み物

水曜日の編み物のみなさんの作品が展示即売されます。これからの季節、帽子や靴下カバーが嬉しいです。

♪~カラオケ

13~15時までカラオケルーム解放。みんなで歌ってください。

利用料
300円

2019年度第3クール 運動教室が始まります



いよいよ秋本番です。みなさん体調はいかがですか。運動教室の3クールが始まります。

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ます。身体を動かして頭を使うことで日常生活が取り戻せます。

基本は毎週水曜日ですが、ふれあいサロンなどで会場が使えない場合は翌日の木曜日に実施します。

- 毎週水曜日 14:00~15:30
- 第2住宅集会所

回	月	日
1	10月	10日(木)
2		16日
3		23日
4		30日
5	11月	6日
6		13日
7		20日
8		28日(木)
9	12月	4日
10		12日(木)
11		18日
12		25日

8月のお誕生日会



お誕生日会に参加された矢野さんです。美味しい食事にケーキ、なによりもみんなにお祝いしてもらって喜んでいただけました。最後は洗い物まで手伝っていただきました。