

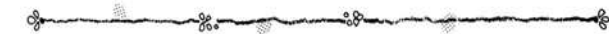


ひまわり通信

特定非営利活動法人
「NPO千の風」
ひまわり栗生発行 NO58
2020年1月

2020年 今年もよろしくお願ひいたします

新年おめでとうございます。
たくさんの方々に支えられて「ひまわり栗生」も無事2020年を迎えることができました。
昨今の異常気象による自然災害が引き続き気になるところです。加えて利用者さんのおけがやご病気による入院、お亡くなりになるなど、つらいこともありました。それでも、支え合い、寄り添って、みんなが少しでも幸せを実感できるような「場」でありたいと願っています。
今年もどうぞよろしくお願ひいたします。



「運動教室第4クール」のご案内

年末・年始、体調など崩していませんか。
運動教室の4クールが始まります。
寒さでちぢこまった身体を動かして、みんなでいい汗をかきませんか。

1/ 8(水)	ゆっくりんぐ体操・セラバンド
1/15(水)	ゆっくりんぐ体操・セラバンド
1/23(木)	ゆっくりんぐ体操・セラバンド
1/29(水)	ゆっくりんぐ体操・セラバンド
2/ 5(水)	ゆっくりんぐ体操・セラバンド
2/12(水)	ゆっくりんぐ体操・セラバンド
2/19(水)	ゆっくりんぐ体操・セラバンド
2/27(木)	ゆっくりんぐ体操・セラバンド
3/ 4(水)	ゆっくりんぐ体操・セラバンド
3/11(水)	ゆっくりんぐ体操・セラバンド
3/18(水)	ゆっくりんぐ体操・セラバンド
3/25(水)	ゆっくりんぐ体操・セラバンド

人生100才時代、動く身体を維持すること大切です。毎週参加してリズムをつくりましょう。



2019年の忘年会&クリスマス、お誕生会お楽しみいただけただでしょうか。

2020年は1/6(月)から始まります。みなさんのお元気な声とお顔を楽しみにお待ちしております。今年もどうぞよろしくお願ひいたします。
スタッフ一同

■第3回アロマ教室

12月5(木)・19(木)
アロマ教室を開催しました。
12月の作品はバスソルトと保冷剤でつくる芳香剤です。
毎月素敵な作品ができるので、受講者のみなさん「可愛い!」を連発。



次回1月は9日・23日です。お待ちしております。

■久々に絵手紙仲間3名が集まりました



高倉さん、お元気でした?
久々に3名のみなさんが集まって、とっても楽しそうでしたね。亀井さんのプロ並みの般若の面に驚嘆です。



11月のお誕生日会

藪内さん、高橋さん、お誕生日おめでとうございます。可愛いトナカイのケーキに、お2人とも大感激です。



▲これが、ケーキだなんて信じられます?