



支援員だより 11月号



楽しく体操でリラックス

今月の初めに行われました。

私は2回目の参加で、要領をつかんでいたのでとてもスムーズにできました。初めての方でも簡単なので、ぜひ参加してみてください。

楽しいですよ！

体操で使うセラバンドは、談話室にもありますのでいつでも利用できますよ。

今月のお茶っこ

今月は2回ありました。



21日 ネイチャーゲーム協会主催と 26日 クラッシュジャパン主催のお茶会です。

意外と気分転換になりますのでお気軽にご参加ください。

お待ちしております。(お菓子がおいしいです。食べに来てください。)

シンセサイザー演奏会

あいにくの雨でしたが場所を体育館に移動して演奏会が開かれました。

ご近所さんも参加して頂き、10名ぐらいのミニコンサートでした。

シンセサイザーの音色が体育館に響きとても素敵な時間を過ごしました。

また機会があれば、来ていただけるらしいので楽しみにしたいと思います。

郵便局からのお知らせです

郵便局が遠くて利用しにくいとっていらっしゃる方のために、便利なお知らせです。

郵便配達の方が切手を持っているそうです。郵便物も収集してくれます。必要な時は、声を掛けてみてください。

小荷物の集荷は、電話をいただければ取りに伺いますとのこと。

