

# 願い〜ねがい

## 3月のイベントカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
そろそろ山菜の季節です。昔から「春は苦い物を食べ」と言われてきたそうです。山菜の苦みは細胞を活性化させる成分などが含まれていて冬から春へ体が活動する為の準備をするこの時期にふさわしい食べ物なんですね。			1	2	3 ももの節句	4
			カラオケの会 9:30~16:00	ひまわりの会 9:30~16:00		数独 15:30~16:30
5	6	7	8	9	10	11
	さをり織りの会 9:30~16:00	お茶っこの会 10:00~16:00	カラオケの会 9:30~16:00	ひまわりの会 9:30~16:00		
			川上さんのストレッチ 13:30~	健康相談 13:30~15:00		
12	13	14	15	16	17	18
	さをり織りの会 9:30~16:00	お茶っこの会 10:00~16:00	カラオケの会 9:30~16:00	ひまわりの会 9:30~16:00	お茶っこと足湯(神戸大学) 14:00~16:00	数独 15:30~16:30
19	20春分の日	21	22	23	24	25
		お茶っこの会 10:00~16:00	カラオケの会 9:30~16:00	ひまわりの会 9:30~16:00		
	談話室お休み	楽しくなんでも相談会 13:30~15:00	川上さんのストレッチ 13:30~	健康相談 13:30~15:00	生協ふれあいサロン 13:00~15:00	
26	27	28	29	30	31	
	さをり織りの会 9:30~16:00	お茶っこの会 10:00~16:00	カラオケの会 9:30~16:00	ひまわりの会 9:30~16:00		

私達支援員は3月末で任期満了となります。それに伴い団地広報「願い〜ねがい」も3月号で最後になりました。5年間支援員事業にご協力下さいまして本当にありがとうございました。皆様方もどうぞお体を大切になさって、そして「自立」という目標に力強く向って行ってくださいね。

又どこかでお会いしましょう。

お元気で (^o^)

長い間有難う  
ございました。



支援員一同