



小中井仮設住宅だより

第19号

平成25年3月25日

発行者 支援員

軽体操

始めて熊谷先生による軽体操を行いました。参加者に合わせて、指導してくれる先生です。腰痛は足が疲れていると腰に来るそうです。足の指先、足首、すね、太股と少しずつ筋肉をつけることが重要です。ラジオ体操を毎日することが理想とされています。

陽だまりの会

くまさんのブローチ作り

小さなブローチなので時間内に出来上がりました。皆さんそれぞれ自分の出来上がりに満足そうでした。かわいいよね (*^。^*)

アームカバー作り

今回は、裁断から挑戦しようと、各パーツごとに別れての作業となりました。皆さん少し緊張気味です。(´丁`)

スプレーギクの支援物資

遠方、鹿児島県庁農産園芸課、代表吉川三枝子様より末崎町 藤原 さんを介して今年もスプレーギクの切花を小中井仮設住宅に支援して頂きました。お花はいつ見ても心癒されます。大変有り難うございました。



お知らせ

ゴミステーションの利用について

猫・カラス、がいたずらしますので、線より奥に重ねて置いてください。網を両端のフックに掛けて、たるまないようにして下さい。