



# 大豆沢仮設住宅だより



第 31 号  
平成 26 年 3 月 25 日  
発行者 支援員

季節の変わり目です。寒い日が続いていますので**健康管理**に注意しましょう。



窓拭きボランティア



雑祭り屋食会



中澤さんから野菜の支援

## 旬のめかぶ

★ **高血圧**を下げたり、**肥満防止**の効果があり又**カルシウム・ミネラル**を豊富に含んでいるそうです。

### お知らせ

3月3日より、支援員は常勤から**半日勤務**になっていますが、談話室は開放していますので今までと同様ご利用下さい。

コールセンターは**365日勤務**でしたが、4月1日より**土曜日・日曜日・祭日**は休みになります。

## 3月の主な行事と支援団体

- ◆ 陽だまりの会(血圧測定・体操など)
- ◆ 夢ネット(手芸)
- ◆ カリタス・ジャパン(窓拭きボランティア)
- ◆ 中澤 さん(和歌山県)より野菜提供

## 4月の行事予定

- ◆ 陽だまりの会(10・24 木曜日)