

でんごんばん あるこ伝言板【2月号】

●12日(火)～18日(月)西武百貨店にて「手しごとの会」に参加します!

所沢市内の福祉施設が集い、所沢西武百貨店の8階催事場で手作り雑貨を販売する「第9回手しごとの会」が今年も2月12日(火)～18日(月)に開催されます。あるこは、昨年から出展させていただいていますが、今年も手芸プログラムの時間で制作した手作り雑貨(刺し子の布巾、猫の形の洗濯ばさみ、携帯電話に使えるかわいいストラップ、洗淨カ板群の手作りエコ石けん等)を販売します。初日の12日は、あるこスタッフやメンバーさんも、店員として参加します(午前～夕方まで)。また、この日は「てくてくあるこ(散歩プログラム)」でもお買い物に行く予定です。皆様お誘い合わせの上、ぜひご参加ください。他の施設の皆さんの作品も、とても完成度が高いので、きっと素敵な商品に沢山出会えますよ～(^_^)

●ヨが教室はしばらくお休みになります。……その代わりと言っては何ですが〇〇〇

ボランティア講師の先生の都合で、2月からしばらくの間、ヨが教室はお休みすることになりました(新たなヨがの勉強を始められるとのことです!)先生には、平成23年4月よりご指導いただきました他、あるこ旅行などのイベントにもご参加いただいたり、様々な場面で本当にお世話になりました。先生の優しい笑顔がしばらく見れないのは残念ですが、また秋ごろには再開できたらとおっしゃって下さいましたので、楽しみに待ちたいと思います。ヨがを楽しみにあるこに来てくださっていた方も多いので、これまでと同じくらいのペースで、気軽に体を動かすプログラムは続けていきたいと思っています。ということで、「あるこエクササイズ」と名付けたプログラムを始めようと思いますが、決して怪しいモノではございません(笑)。内容は、ヨがやエアロビクスのDVDを見て軽く体操したり、簡単なマッサージをし合ったりと、身体をほぐしてリラックスできる、ゆる～い時間にしたいと思っています。ご興味ある方、おススメの運動を知っているという方、ぜひご参加いただけたらと思います。(^-)



2月4日(月)の茶話会は
節分の豆まきをやるよ～!
みんなの健康を願って、私
もひと暴れますぞ～!

ちいきかつどうしえん 地域活動支援センターあるこ

電話 04-2922-3439

HP <http://arco.michikusa.jp>

メール cafe.arco@cafe@gmail.com

開所時間 9時～17時

日曜、水曜と祝祭日はお休みです。

【スタッフ】うたがわ宇田川(加藤) かとう絵里 えり伊藤 いとう諒 まこと松浦 まつら康介 こうすけ