寒い季節も

小松 登子

コロナを機に 1 日 4000 歩~6000 歩を歩くようになりました。古利根川沿いを歩く事が多いのですが、水鳥たちが北の国から戻ってきていて心がほっこりします。雨の日も雪の日も、何も考えずにただひたすら今を生きている姿に励まされています。彼らに会えるのは、来年、桜が咲いて暖かくなるまでの期間限定ですが、楽しもうと思っています。

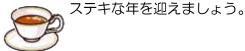
【組合員に何かひと言、とお願いしています。よかったら、あなたも何かひと言!】

Tハウス

万華鏡チャチャチャ

12月2日(土) 13時~15時

何かとあわただしく気忙しい師走。 こんな時こそ"Tハウス"で温かいお茶と美味しい お菓子そして楽しいお話で"ほつこり"しませんか 今年最後の"Tハウス"になりました。 ワイワイパーッと今年のうさを晴らして



申込不要・参加費不要・入退室自由 寄り添いサポーター:瀧本恵美子

ソーイング

ちくちくくらぶ

<u>縫い物のコツ、教えます</u> 12月5日(火)・19日(火) 10:00~12:00 13:00~15:00





各回 1000円(1日2000円)

講師:松本千春

問合せ・申し込み:松本(048-761-0624)

手(気)軽に手打ちそば

12月30日(土)10時~12時 ②産地や挽き方、割合など粉の違いを楽しみます



*自分で打った蕎麦をお持ち帰りです。 問合せ・申し込み:長谷川(090-2483-4221)

和みのヨーガ

12月7日(木)・21日(木) 14時~15時



簡単でシンプルな動きで 〈なでる・ゆらす・手を当てる〉 体と心を無理なくほぐし、バランスを整えて 本来持っている自然治癒力を高めましょう

【持ち物】あれば、5 本指ソックス 敷物 (ヨガマットまたはバスタオル)

【参加費】500円

★申込不要です。直接、会場へお越しください★

万華鏡カレンダー 12 月

				(1110-5)		: 1 - 1
月	火	水	木	金	土	日
11/27	28 サークル使用	29	30 くらぶルーム 交流会	12/1 ひ リース ふらっとカフェ	2 ライフプラン講座 万華鏡チャチャチャ	3
4	5 ちくちく	6	7和みヨーガ	8♥ふらっとカフェ 箸袋など	9 支部委員会	10
11	12 サークル使用	13	14	15♥ ふらっとカフェ 運営委員会	16♥クリスマスコン サート	17
18	19 5 < 5 <	20	21 和みヨーガ	22♥大掃除	23	24
25	26 サークル使用	27	28	29	30 そばうち	31