

ENJOY通信

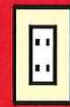
by ひばりの会



日頃は環境も違う方々が7月18日（木）集まりお茶会を開催できました。参加していただいた会員の皆さん、お疲れさまでした。いづれ、みんな歳を重ねていく中で、これからの過ごし方や、自分が向き合っていきたい事など、皆さんとのお話はとっても有意義な時間となりました。女子は幾つになっても、やっぱりやりたいことがあるなら行動するべき！いろいろな方と交流し、生活にメリハリをつけ楽しく過ごしませんか？



交流しましょう！



猛烈な残暑が収まらない9月19日（木）暑気払いに「ひばりの会」で宝珠山村福祉センターいずみ館に行ってきました。ワイワイとした雰囲気の良い広い部屋で昼食を取り、温泉に入ると本当にリラックスできたのか少し横になりましたが、おやつを囲みながらおしゃべりを再開しました。話題がどんどん湧いてくるので会話が途切れる心配がありません！新しいエネルギーが体中に満ちてくるような感覚です。いずみ館は、温泉施設やトレーニング室、休憩スペースなどがあり、観光客も利用できます。猛暑の日々に心も身体も疲れているかもしれませんので、今年はぜひ日常に「暑気払い」を取り入れて、元気に楽しんでみてはいかがでしょうか？



お気軽に
ご参加ください

あっという間に時間がたちもう少し時間が欲しいくらいでした♪

いずみ館での1日、とっても良かったです！また楽しみましょう♪

