

ちょっと早いけど...

【潮干狩り】のお知らせ



日時：4月30日(月・祝)

場所：木更津 江川海岸

※詳しいことは4月号でお知らせします。予定に入れておいてくださいね(*^_^*)

春のハイキングも企画中です。楽しみにしててくださいね\(^o^)/



< 花売り情報 >

2月 1日(水)・20日(火)・28日(水) 竹ノ塚センター

2月14日(水) ビッグ・エー花畑店

2月21日(水) ビッグ・エー南花畑店

2月22日(木) ベルクス古千谷店

(2月15日(木) ベルクス南花畑店はお休みします)

2月25日(日) 「一粒の麦」バザー (足立区花畑 4-34-16)

【健康診断を行います】

毎年行っている健康診断を今年も健診車に来て頂き、葦の会作業所で行います。内容は「問診・身長、体重測定・聴力検査・血液検査・視力検査・血圧測定・心電図・胸部レントゲン」を行います。結果はメンバーとご家族にお知らせいたします。日々のメンバーの様子観察、毎週木曜日の体重・体脂肪・血圧・心拍数のチェックを合わせて、メンバーが健康に快適に過ごせるようご家族と連携しながら支援していきます。



編集後記

年明けに行われる「箱根駅伝」を皆さんはご覧になったでしょうか？私は何年か前に三浦しをんさんの「風が強く吹いている」という本を読んで、それ以来箱根駅伝を見るようになった。この本が箱根駅伝をテーマにした本だったからだ。(だから？元旦に行われる「ニューイヤー駅伝」はさほど興味はない・・・箱根駅伝で活躍した人が出ているとちょっと気になる)今年も見た。そして、今度は反対にマラソン(長距離走)の本が読みたくなり、2冊の本を読んだ。皆さんもご存知かもしれないが「ランナー(あさのあつこ)」と「シティマラソンス(三浦しをん・近藤史恵・あさのあつこ)」だ。どの話も走ることで自分と向き合い、自分を確かめ、そして現在の状況から前に進み始める。読んだ後はとてもさわやかな前向きな気持ちになり、走りたくなった。が、私は走るのはいくらも不得手なので、あくまでも気持ちだけ！ただ、休日など時間があると数時間歩き回る。そんな中で日ごろは気づかない事や物を発見する。また、歩きながら様々なことに思いを巡らせる。自転車で思い切り風を感じて走るのも好きだが、いつもの道を、いつもは通らないわき道を、初めて行った所の道を歩くのも好きだ。歩いていると考えてもどうしようもない事、変えられない事をあれこれ考えるよりも、今何をしたいのか、何をすべきか！を考えよう！と前向きな気持ちにはなれる。そう、自分で変えられるのは自分だけだ！よし、頑張ろう！と。今を一生懸命生きていけば、将来も見えてくるだろう(もう、将来とか未来という言葉が使い辛い歳ですが(-_-)) そんな事を思っている年明け1月でした。出来ない目標は立てない事にしました(^_-) (池田)