

## お知らせ

- ・やまがた県民手帳お届けします
- ・お花見・夜桜会のご報告
- ・AMカフェ・ルーシーダットンのご報告
- ・夏のバスツアーのお知らせ



令和が始まり、長～いゴールデンウィークも終わり何かと慌ただしい日が続きましたね。

5月は一年中で一番紫外線が強く、陽射しにも慣れていない為、熱中症が多発しやすい時期です。

お出かけの際は、帽子、長袖の服、日傘等で日焼け防止対策をしましょう！



### 便利な「やまがた県民手帳」をお届けします

今年度も山形県より山形の情報満載の「やまがた県民手帳」を頂戴しました。学校、公的病院、2019年お祭り・イベント、生活に役立つ便利な情報が掲載されています。

訪問の際にお届けします。ご不在の場合は郵便受けに投函させていただきますので、どうぞご活用下さい。

### 「お花見・夜桜会」のご報告

4月20日（土）近年見たことが無い位素晴らしい烏帽子山千本桜の下、夜桜会を開催しました。

平日勤務している方や子供達も参加しやすいように、土曜日の夕方から始めて、総勢18人のとても賑やかなお花見会になりました。

子供達はカラオケに夢中！福島に帰還した方も参加され、久しぶりの再会に会話は尽きず笑顔満開のお花見会でした。

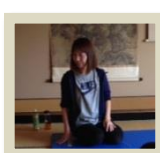


### AMカフェ・ルーシーダットンのご報告

5月8日（水）中島先生によるルーシーダットン教室を開催しました。普段使わない筋肉を使い、体を伸ばしゆる～くストレッチしてほぐしました。

中島先生の優しい声もBGMと一体化してとてもリラックスでき、終了後のAMカフェでは、話に花が咲き楽しい時間でした。次回は秋を予定しています。

こんなに曲がったよ、もう曲がらない！



かわいい  
中島先生



終わって一息

### 「夏のバスツアー」今年も行きますよ～♪

日程：7月20日（土）バスツアー（行先検討中）

時間：8時30分～17時30分予定

※詳細は来月号のお便りにてご案内いたします。お楽しみに～！

★お問合せ先…南陽市社会福祉協議会（安達・松田）  
南陽市赤湯215-2 健康長寿センター内  
TEL 43-5888 \*土日祝日除く（8:30～17:15）