



# あおぞらだより

No.214

平成 31 年 2 月 28 日



急に春めいてきた様な気がいたします  
いろいろな花や新芽が出てきて なぜか気持ち  
も明るくなってきます まだ寒い日もあると  
思いますが外に出たり窓を開けて自然を感じて  
仲間の皆様と元気に過ごしていきましょう  
梅 河津桜 桜桃の花がきれいに咲きました

## 学芸高校バレンタインコンサートはいつも早春の輝きです

毎年 演奏家になることを夢見て見事 音楽のみちに進む事ができた若き演奏家の皆さん  
とっても清々しく透明感のある空気に包まれ楽しいひとときでした



## 初出演：大道芸「ハゼ&トム」

相撲甚句に血廻し 体操に手遊び等々 職員も参加して 楽しんで頂きました



## ラフターヨガ：笑いヨガ

身体にいいことをいっぱい経験しましょう

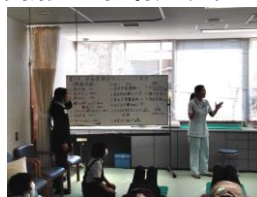


## DF バンド

音楽に合わせて気持ちを明るく



## 当法人で行いました：運動器の機能向上トレーニング教室→大人気でした



12月14日にスタートし全12回の教室に16名の方が参加して下さいました。  
当初は緊張されていましたが今では身体の動きもよくなり笑顔と笑い声が絶えない  
楽しい教室となりました。