



お気に入りの歌や音楽にあわせて体を動かすのも
たのしいです ♪♪♪



ボラ連会長メッセージ



「赤十字健康生活講習会」にとうとう参りました。
両日ともよいお話しと体操、楽しかったですね。私は片足立ちを毎日
やってみているのですが、なかなかタイムがのびません。
先日「上陽元気村」の「5月30日・ゴミゼロ運動」に参加しました。
ほどよい風もあり、楽しいひとときでした。
少しづつボラニティアの活動も戻っていきとしいですね。

ボランティア連絡協議会

中植越 茂口

