

「冬に鍛える」ウインターウォーキング

新年を迎えて「あけましておめでとうございます」と言っていたと思ったら、早いものでもう2月も残りわずかとなりました。「あっという間」とはまさにこの様な事を言うのですね。さて、2月7日（金）に午後からウォーキングを行いました。工房から喫茶までの往復です。もしもに備え、伴走車も用意していざウォーキングです。利用者さんの一人が体調を崩していたのですが車に乗って皆と一緒に歩きました。池田真基さんや鈴木乃里子さんは歩くのがとても速く、皆が追いつかない程でした。喫茶に着くと用意して頂いたパウンドケーキとオレンジジュースを皆で頂きました。15分程度休憩をして今度は喫茶から工房に戻りました。前はリタイアする利用者さんが多かったのですが、今回は皆リタイアすること無く歩く事が出来ました。



3月5日（水）から「ヒバリヤ小土店」において資源回収を始めました。毎週水曜日にお店の前で9：30～14：30までやっています。また工房の方でも資源回収を行っています。皆様のご協力をお願いします。