

nadeshico通信



木々の葉が色濃く爽

やかな季節になりました。日差しが強まり早くも夏の気配を感じますね。皆さまいかがお過ごしですか？

晴れた日の澄んだ空を見上げると気分も晴れていくようですね。



5月3日(木・祝) 会計報告

ゴールデンウィーク後半の初日、爽やかなお出掛け日和でしたが、15名ほどの方に見学の方が2名、坂口さん、植村さんが出席されました。

まずは前年度の会計報告がありました。昨年はヨガの講師料を下げたので、お出掛け企画でバス代を使いましたが結構たくさん残りました。また企画の時には会費を使用することで了承いただきました。

その後はお菓子を食べたり、企画進行中のなでしこ会冊子の資料を見たりしながら、お喋りして過ごしました。

今期の予定でまだ内容が決まってない回もありますので、なでしこ会でやってみたい事、乳癌以外の事でも興味のある事があれば、お気軽にご提案下さい。

次回7月16日(月・祝) 13時~15時 リンパドレナージュ

今回は浮腫み予防に効果的なリンパマッサージを行います。自分でするのは億劫でなかなか続きませんが、こういう機会に少しずつでも習慣に出来るよう正しいマッサージを勉強しませんか。

ジェルやクリーム等を使う予定なので、ご参加の方はタオルなど拭くものをご持参下さい。

