

“明るくアクティブ” それが1班

花見の宴

2014年4月
吹上・元荒川



「健康」

- ・健康第一
- ・自分のことは自分で
- ・生きがいを持つ
- ・ピンピンコロリ

「自分らしく」

- ・悠々自適&優遊自適
- ・自分らしくいられる生活
- ・生き生きとした日々
- ・趣味を持つ

仲間から学んだ
ライフスタイルの
キーワード

「明るく・前向き」

- ・大いに遊び楽しむ
- ・新しいことに挑戦
- ・明るく楽しく笑って
- ・仲間づくり

「ゆとり」

- ・ゆとりある生活
- ・気持ちの持ち方
- ・体調
- ・時間と経済のゆとり



花壇ボランティア

2014年5月・7月
熊谷市文化公園



史跡訪問

2014年6月
妻沼・聖天山