

【豊里地区活動報告】2/16(日) アダプト・ア・パーク

朝8時から台山公園でアダプト・ア・パークを行いました。気温もそれほど寒くなく、会員15名が集まってくれました。いつもほとんどゴミはないのですが、今日は不法投棄などのごみが多くありました。年4回はやる必要があるように思います。



【豊里地区活動報告】2/16(日) 第4回食改

豊里交流センターで9時30分から13時30分まで、つくば市食生活改善推進員指導のもとに、食改を実施しました。参加者12名(男性6名、女性6名)、全員料理参加で指導員のレシピにチャレンジしました。できあがった料理をいただくと非常に美味しかったです。皆さん、和気あいあい楽しかったと口々に話しておられ、笑顔で解散となりました。



【豊里地区活動報告】2/25(火) 出前教室

9時45分から11時15分まで、豊里交流センターにて出前教室を実施しました。参加者は7人と少し寂しかったのですが、スクエアステップで脳トレしながら、時間いっぱい身体を動かしました。みなさん足を巧みに動かして、がんばっておられました。



【文責：土田禎太郎さん】