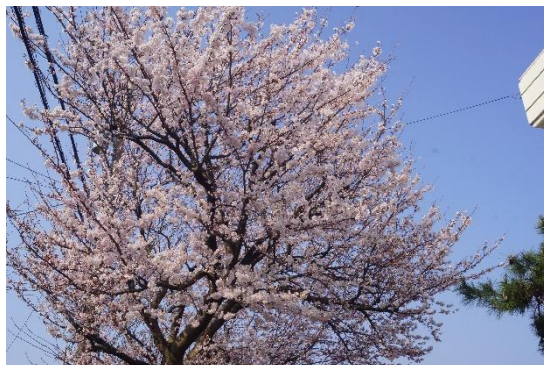




### こんにちは！三島会館です

年度末の土曜日と日曜日に急に気温が上がり、写真（3月30日撮影）のように、会館前の桜も一気に咲きました。通りがかりの人が「このあたりでは、ここの桜が一番先に咲くんやで。大きいとやっぱりきれいやなあ。」と言いながら見上げておられました。しかしこの「たより」が皆様の目に留まる頃には、おそらく散っているのではないかと思います。



日本各地から春の便りが聞こえ、新しい生活への期待で胸を躍らせる人もおられることと思います。また一方で不慣れな新生活に、不安や緊張で体調を崩される方もおられるのではないかと思います。

冬から春への季節の変わり目でもあり、生活環境が変わる時期でもあります。「ちょっとおかしい」「いつもと違う」と思ったら、ご本人はもとより、身内や知り合いの方も声を掛け合って、無理をしないで、年度のスタートの時期を乗り越えてほしいと思います。

### 「ゆるっと動こう」が開催されました！



3月15日（日）午前10時から約1時間半、三島会館で「ゆるっと動こう」が開催されました。講師は昨年と同じ先生で、身体の柔軟性や免疫力を高めるストレッチなどを、昨年よりもやさしい内容で指導してもらいました。

参加者は6名と、多くはありませんでしたが、運動やマッサージ体操が終わった後は「身体が軽くなった」とか「身体がポカポカと温かくなった」などの声が聞こえ、大変好評でした。できれば来年度は、もう少し参加人数が増えると、もっと楽しくなるのでは？と思います。

### 三島会館の新年度体制です

新聞等でご存じの方もおられると思いますが、このたびの人事異動で、館長の交替がありました。館長は主に市役所内で地域福祉課長として勤務しますので、三島会館のスタッフ（3名）の見かけ上は7年度と同じです。地域の皆様にはこれまで同様、大変お世話になります。どうぞよろしくお願ひします。

### 人権相談日を設けています。

予約不要です。お気軽にどうぞ。

月	開催日（曜日）	時間帯	場所	主催
4月	15日（水）	9:00-11:30	プラザ萬象	敦賀人権擁護委員協議会
	10日（金）	13:00-16:00	三島会館	福井県人権センター
5月	20日（水）	9:00-11:30	プラザ萬象	敦賀人権擁護委員協議会