



# たまさぽ ニュース(305号)

## < 2025年2月号 >

住所 多摩市落合 4-8-1-105 落合団地商店街  
 TEL/FAX 事務所&ひろば「いーち」 042-338-3303  
<http://www.tamasapo.org/>  
 Email:tamasapo@nifty.com



2月のカレンダー(発行責任者 佐久間む津美) 下記表中の会に初めて参加希望の方はご連絡下さい

日	月	火	水	木	金	土
	◎パソコン広場 (いーちパソコン教室・随時受付中) 月～金曜日 10:00～16:00 ◎パソコンドクター パソコンのお悩み・トラブルの解決相談 桜ヶ丘関戸公民館 7F の相談は活動中です					1 歌の会 (14:00～)
2	3 筆字の会 (10:00～) ピアノ教室 (15:00～)	4 パッチワーク (13:30～15:30)	5 昼食会 りーふあーと (13:30～) 野菜販売	6	7	8
9	10 俳句の会 (13:30～)	11 建国記念日 「いーち」は お休みです ハーブ練習 (10:00～)	12 昼食会 折り紙の集い (13:30～)	13 編み物 (13:30～)	14 健康体操 (10:15～)	15
16 歩こう会	17 筆字の会 (10:00～) 美容相談 (13:00～) ピアノ教室 (15:00～)	18	19 昼食会 長寿を楽しむ会 (13:30～)	20 デコパージュ 野菜販売 (13:30～)	21 和紙ちぎり絵 (13:00～)	22
23 天皇誕生日	24 振替休日 「いーち」は お休みです	25 ハーブ練習 (10:00～)	26 昼食会 共働学舎販売 (12:30～)	27 陶芸教室 (10:00～) なるみ Day (13:00～) 編み物 (13:30～)	28 健康体操 (10:15～)	



### 2025年2月 旧暦如月(きさらぎ)

一段と寒さ厳しい時節、皆様いかがお過ごしでしょうか。昨年末からインフルエンザの感染者が想像を超える勢いで増えており、医療の現場からも予防接種すらもお手上げ状態と聞こえてきております。人混みにでかける時は必ずマスクを着用して、外出から戻りましたら、手洗い(消毒)と、うがいを励行しご自身の健康をご自分でお守り下さい。

目を外に転じますと道沿いの梅ノ木のつぼみが少しずつふくらみ始め、冬晴れの空の下、質素で凛と美しい紅梅、白梅を愛でられるのもそう遠くはなさそうです。ウイークデイの 10:00～16:00 多摩サポ「いーち」では銀座パウリスタのコーヒーを一杯 250 円で楽しめます。

どうぞ、気軽にのぞいてみて下さいませ。

### 各教室からのお知らせ

- ・気功太極拳は2月お休みです。春3月からです。
- ・歌の会は2月1日第1土曜日です。
- ・パッチワーク、18日は前畑講師の事情でお休みします。
- ・陶芸教室、なるみ Day、今月は27日第4木曜日になります。
- ・第3木曜日 13:30 からマスクや瓶類などに装飾する技術デコパージュを佐藤寛子さんが教えてくださっています。目を見張るような美しいできればえに驚かされます。参加費 200 円。別途材料代。

### 歩こう会 2月16日(日) 小山田緑地へ 雨天中止

集合場所・時間：多摩サポ「いーち」前 **午前9時50分**  
 9時58分のミニバスに乗ります。

「いーち」を出発してミニバスで福祉センター迄乗り小山田緑地方面へ向かいます。紅梅やすみれ等、早春の花を探しに行きましょう。弁当、飲み物持参。(担当 郡司)



### 水曜食事会 献立

- \* 5日 野菜の肉巻き マカロニサラダ みそ汁 つけ物
- \* 12日 チキンカツ ポテトサラダ みそ汁 つけ物
- \* 19日 ブタシャブサラダ キンピラごぼう みそ汁 つけ物
- \* 26日 天ぶら盛り合わせ 大根サラダ みそ汁 つけ物

※ご飯のお替り 100 円いただきます。