

# ひこうせん通信

つ う し ん



祝！100号達成



2015年1月20日

エヌピーオーホウジン シーアイエル  
NPO法人 CIL ひこうせん発行

だいじ たじまたかひろ  
題字:田島隆宏

## トマトソース・パスタグラタン



それいゆ  
新メニュー

期間限定 新メニュー  
サラダ付き 500円  
プラス 100円でドリンクが付  
きます

2月のそれいゆコンサートはお休みします。今後も素敵なゲストを予定しています  
皆様お楽しみに！！

### 編集後記

2004年3月創刊以来発行してきた「ひこうせん通信」が、今月号で、めでたく100号を迎えることができました。  
これも一重に、ご愛読・ご支援くださった会員の皆様のおかげです。誠にありがとうございます。

今後は、イベントの紹介だけでなく、様々な切り口から「今と未来のひこうせん」を紹介していきたいと思います。  
皆様からのご意見やご感想、企画へのご希望など多くのお声を頂戴してまいり、その1つ1つを貴重なご意見として、  
末永く楽しんでいただける会報誌を目指して参ります。どうぞ宜しくご愛読の程、お願い申し上げます。

広報 石橋

### 編集・発行 NPO法人CILひこうせん

〒361-0071 埼玉県行田市栄町 22-5

TEL : 048-(555)-1100 FAX : 048-(555)-1301

mail:hikousen@hks.or.jp HP: http://cil-hikousen.jp



### ●お問合せはお気軽に

**0120-07-7532**

携帯・PHS OK 通常受付時間(月~土) 8:00~21:00

TEL:048-522-5200 携帯:080-5439-7532

FAX:048-598-3416

訪問専門 和鍼灸治療院  
〒360-0812 埼玉県熊谷市大原3-4-6

<http://nagomi.permo.jp/> 診療用マッサージ用機器

### ハチミツ ローヤルゼリー プロポリスの専門店



〒361-0073 埼玉県行田市行田 5-6  
TEL:048(550)4783 武州養蜂園

髪に対する不安や不満、  
当店でスッキリ解消!!

HAIR CREATION SALON

**Dream** 予約優先システム

★行田店: 556-6469 (ツタヤさん隣)

★ALIVE: 553-7302 (ペシア内)

いざかや けふじん  
**居酒屋 謙信**

Tel・Fax : 048-554-5245

定休日：日曜日・月曜日・祝日

おすすめ：串揚げ 5本 300円

お土産にもできます。



スープカリー専門店

**Curry & Cafe**

**N'eCö** ローソンさん隣です

行田市門井町1-12-10 TEL.553-4891



定休日：

第二水曜日のみ

# 新年のご挨拶

皆様あけましておめでとうございます。

理事長として二回目のお正月を迎えるました。そして、一人暮らしも4ヶ月目を迎えるました。

一人暮らしを始めたときは、ガス会社に契約していないのにお風呂に入ろうとしたり、水が出なかったり、電気がつかなかつたり、色々と勉強になりました。誰もが自分自身のやりたいことを実現するという、ひこうせんの理念から、個性を生かして自分らしく生きようと一人暮らしを始めました。

その中で出会った体験です。さて、今年は本当に、ひこうせんに求められることは何か。ひこうせんがやるべきことは何か。「真」と言う字を今年の一文字として選びました。本当の自分がどこにいるのか?今やっていることが本当に自分がやりたいことなのか?従ってこの「真」という字を選びました。

理事長 田島隆宏

## 新年初顔合わせ

2015年1月5日(木)創設で、ひこうせん職員、利用者、アシスタントの皆が集まり、新年の初顔合わせが行われました。まず、田島隆宏理事長より、今年の一文字が発表され「真」、本当にやりたいことを確認し取り組んでいこうと挨拶がありました、続いて参加者全員、今年、手に入れたいものを一人づつ発表しました。「風のコンサートチケットが欲しい」、「旅行チケットが欲しい」、「痩せた体型が欲しい」と笑いを誘うものありの楽しい初顔合わせになりました。



今年も頑張ろう!!

## こころアート展 原口めぐみ個展 限りない挑戦 vol.12 「愛しき猫たち」

今回のこころアート展は、原口めぐみさんの個展で、1月15日(木)から18日(日)まで、行田市郷土博物館(忍城)企画展示室で開催され、多くのご来場者がありました。初期の作品から最新作まで70点以上が展示され、開場には作者の原口めぐみさんも毎日来て、来場者に絵の説明などをしました。原口めぐみさんは特に「目と足としづぼを見てください」との事でした。15日(木)初日には、埼玉新聞の記者さんも取材に来られて、16日の朝刊に掲載されました。また行田ケーブルテレビからも取材があり、注目のアート展になりました。



行田市郷土博物館 企画展示室  
で開催されました。



初期の作品から最新のものまで  
多数展示されています。



圧倒される沢山の猫たち  
めぐみさんの世界にようこそ!

## ひこうせん通信100号に寄せて

・・・わたしたちの歩み・・・

副理事長 齋藤 貴美子

当初は、年4回の季刊発行でした。ひこうせんと職員・アシスタント・利用者・支持者をつなぐ連絡ノートのような通信でした。2004年3月1日号が創刊号で、2007年10月号までは季刊、2007年12月号から毎月発行になりました。内容は文字通り通信で、年4回は特集号ということで、その時々のニュースや特集記事を取り上げてきました。当初は、白黒の印刷でしたが、カラーコピーが入ったので、2008年3月号からは表紙のみカラーになり、今では、全面カラーで印刷しています。発行部数も、500部になっています。

担当者も当事者を主体として、いろんな方が関わり、宛名から、折ったり袋詰めしたり、直接渡せる人には、渡し、郵便で送る人には郵便局に持っていたり、毎号、皆様のお手元に届くようにするために、さまざまな作業が必要で、携わっている人たちが一生懸命作業しています。

お知らせをする場合にも、いつ発行で、イベントのお知らせが間に合うかとか、編集会議で確認しながら編集しています。また、読者の方からは、感想や励まし、ご意見をいただいたり、誤りをご指摘いただいたりしてきました。

このように多くの人たちの力が合わさって100号発行を迎えることができたのです。これまでひこうせん通信に関わってくれた方、全ての方に感謝申し上げます。

ひこうせん通信100号の中には、ひこうせんの歴史がぎっしりと詰まっています。創刊号は、事務所のオープンの記事でした。なかまの家のオープン、「こころ」や「きらきら」がスタートしたこと、ハワイや沖縄に行ったこと、共生ゼミやシンポジウム、販売のお知らせ、「それいゆ」「6つの夢」「ほうき星」が出来たこと、法律改正の解説、新メンバーの紹介など、これまでのひこうせんの歩みが掲載されています。

一号一号が、ひこうせんの宝物です。

これからも、ひこうせんがある限り、みんなの力を合わせて、皆さんに親しまれ、読まれる通信を発行できるよう、皆様の応援をいただければ幸いです。そして、200号発行までにいittai、どんな記事が載るでしょう? 考えるだけでもわくわくします。記事に載らない日常の出来事を含めて、話題に事欠かないひこうせんなので、いろんな事が載るでしょう。

どうか、お楽しみに!!

総務より 1月中には、平成26年度の源泉徴収票をお渡し致しますので宜しくお願ひします。



い ち び う

し ん し ゅ う

あ い さ つ

## ひこうせん一同

## 新春 ご挨拶！



1日1回  
筋トレモリ子！

名前 新 ひより

個別旅行に  
天山に行く

名前 久野 真理子

皆さんの描いた  
絵を刺繡して  
やりたいです

名前 小澤 敏也

今年は年男なので  
最後に一花咲か  
せたい。

名前 石田 謙男

健康は気をつけ  
今年もがんばります

名前 遠江 つか

今年一年無事故  
無違反で安全運転  
頑張ります。

名前 関根 国男

介助を  
元気張る

名前 高橋 達彦

一日一日を大切に！  
そして、悔いのない  
一年に！

名前 齋藤 洋子

今年は家族で  
旅行に行きたいです。

名前 鎌田 由香

初心者を先ず  
日々感謝

名前 大澤 久子

夢 ちかに

名前 中村 博行

FACE BOOKで  
よりたくさんの詩を  
つくるぞ。

名前 杉浦 英俊

日々笑顔で…

m(-)m

名前 斎藤 高美枝

優 ただ優しい  
のことはなく  
眞の優しさ  
を考えたい

名前 宮澤 佐保子

中途半端  
根絶

名前 自石 真

今年は嵐ファンで  
がんばるぞ！  
仕事も家庭も元気でがんばる

名前 今泉 早也香

今年も良い一年で  
ありますように

名前 岡安 勝美

積極的な  
対人関係と  
仕事の向上

名前 須賀 地勝子

お友達とたくさん  
出かけられます  
ようになります

名前 のもとひろたか

健康 第一

名前 大沢 隆明

昨日出来立った  
利用者様の一流れ  
ハーネス指して気に  
入られる人にあります。

名前 増田 守

無事故で利用者様に  
安全と安心を届けられ  
るように頑張ります。

名前 鈴木 季子

ひこうせんのみんなに  
馬鹿して申し訳ございません  
で、無断外出と行方不明  
に近づかないように気をつけます  
よろしくお願いします。

名前 高橋 義広

日々 感謝  
何事にも

名前 鈴木 尚美

自分を出さず相手の  
思いを受け入れ  
他人に心の恩を  
かけないように頑張ります

名前 内田 由利江

今年も富士山  
に登る 歩一步

名前 間庭 智宣

2015年は  
プライベートと  
仕事を両立する

名前 門井 晴美

気持ちの良い  
あいだつをつけてける

名前 飯塚 郁子

出来る事を  
後回ししない。  
すぐ実行

名前 荒井 幸子

今年は去年以上に  
焦らず一歩一歩前進で  
進んで行きたいと思って  
います。

名前 佐々木 不二弘

健康に気をつけて  
仕事をがんばりたいです!!

名前 高橋 信吾

明るく堂々と意地を  
發揮しながら努力  
頑張りたいと思ひます

名前 連野 有美

今年も毎日の「テレビ体操」を  
日課し、健康を維持し、  
仕事をアドバイスも前向きで  
頑張ります。

名前 滝澤 敏

健康あるの仕事  
が出来ると今年も  
仕事と健康に留意し  
頑張ります。

名前 保泉 佳津子

健康に気をつけて  
よう

名前 石渡 敏子

明めでみでとう  
こす…ます!!  
初心に戻り一歩前進  
年少元気張ります。

名前 横原 しげ子

・マラソン：フルと時間切  
り。  
・手話：3級検定合格  
を達成させたい。

名前 橋本 邦夫

風邪をひかないようにして、  
スタッフ皆さんに心配されか  
ねないようにしたいです。そして、  
おいしい物をたくさん食べられて、  
でも、太らないように! おかしい…

名前 扇原 順登

健康に気をつけて  
仕事に元気張りた  
いと思ひます。

名前 代 まさよ

健康で怪我をしない  
一年にしたい。

名前 高橋 和江

アルマジロ  
今年も元気にな  
走ろうねニャー

名前 久保香江

今年こそはダイエット!  
身も引き締めな  
じめよ!!

名前 川原 淳子

福社の神へ  
初音の祈り

名前 衣田島 寛子

心と身体の健康を保ち  
仕事を休まず働きたいです

名前 松本 雅美

健康第一

名前 田島 いづこ

★ 健康第一  
(^\_^)

名前 江森 宏和

体調管理をし、  
して、お親の手伝い  
をもっとできるよう  
にしたい。

名前 中田 美紀

入院が減って、  
ひこうせんにたくさん  
通いたい。  
マラソンもまたやりたい。

名前 宮口 格成



あらはうふむ  
新たな抱負を胸に、  
ここしけんがんば  
今年も一年頑張ります！



今年も元気はからず頑張さ  
たらさく日々がんばります。

名前 もはら きけい

僕は今年は先生とメールを  
やりとりします。  
生徒ちゃんと会いにいこう  
おもっています。  
パソコンでメールをしたいです

名前 羽島 時久

減酒！？

名前 宮坂

①ほうき星での生活を  
②ひこうきにかかるなり  
③くまのぬきよどり  
たま

名前 関田 錠子

ゆるく  
樂しく

名前 石塚 伊津美

運転業務が増えたので  
今年も安全運転で頑張り  
たい。

名前 掛川 潤

雄  
飛  
此  
&  
伏  
伏

名前 寺門 七恵

安全運転、  
健康管理をがけろ。

名前 岡野 隆治

メンバーさんの笑顔が  
たくさんみうわらう  
努力していきたいです

名前 吉田 緑葉

今、出来る事を元気に  
楽しく全力でごす。

名前 大根 伸澄

みんなさんが今年1年  
無事に過せますように！

名前 潤下 英一

健康で元気で汗間  
倉庫に行く

名前 菊沢 健児

今年はダイエットを  
がんばりたいと思います。

名前 浅見 和也

試験勉強に  
集中する！

名前 原口 容子

転倒に注意。

がんじの仕事がしたい  
けんしんのためうわるて  
がんじを見つける  
すがくかんじ

名前 風呂めぐみ

断・捨・離  
を実行する。

名前 齋藤 貴美子

二字

名前 田端 亜美

一歩  
前に進んで  
楽しく生きたい

名前 梶原 宏行

名前 飯田 春由美

名前 竹内圭

名前 吉野 葵代子

ひこうせんの仲間と  
楽しく仕事をする様に  
頑張るといいと思は  
健康に気をつけています

名前 佐々木 八重子

心木下  
一車云  
メエー

名前 高橋 恵子

名前 平嶽 ちず子

名前 平嶽 ちず子

名前 不松川 朋子

## 健康第一

名前 栗田崇行

楽しい  
過ごす

名前 阿本潤平

元気いっぱいの  
一年を過ごしたいと  
思います

名前 前田 審巳

たかきせんの  
うんてんしゃに  
なりたいです

名前 吉原尚義

いつも  
プラス思考

名前 田島 隆宏

今年の毛布は  
ウール100%

じぶなくて済風を治す

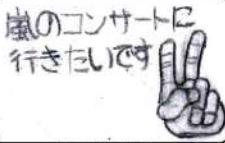
名前 金井 裕

開

名前 大塚則幸

明るく  
楽しく  
生きる

名前 原口 祐子



名前 荒金亜美

ヒースとあり  
がんばります

名前 宇野千千子

整理整頓

名前 石井 香子

やりきる

名前 飯田 富和

初心を忘れない  
ようにします。

名前 山村 周

あのかさくへ  
おこいぬちなみえ  
たなびのまちにボ  
ホトトの喜んでいた

名前 大根原尊良

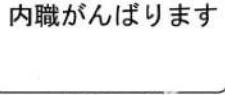
精進

名前 金井 健一

平穏無事で  
毎日を過す。

名前 木村浩章

名前 堀越 寛



名前 栗原 梓

刻苦勉励

名前 内田裕美江

体重、減量に  
挑戦

名前 両橋 けい子

みんな仲良く  
仕事をする  
健康に気をつけよう

名前 富田 有美子

出会いた人の  
“絆”を大切に保つ

名前 杉尾 みゆき

健康

名前 堀田 寛子

今年は  
元気でいること

名前 谷口 健一

梁

名前 金昌代

名前 久下知恵

名前 金昌代



名前 細村 美佐子

オエロクラブの入数を  
増やして大会を  
勝ちたいと思う

名前 大澤 美江子

今年もちぎり会  
頑張ります。

名前 水上 錠香

出会った人の  
“絆”を大切に保つ

名前 杉尾 みゆき

会

今年は  
元気でいること

名前 谷口 健一

健康に  
気をつける

名前 金昌代

病院には戻らない  
ように頑張ります。

名前 内田 玲奈

# ひこうせん通信 懐かしの創刊号



創刊号は、2004年3月1日発行でした。1号からの懐かしの通信です。覚えていませんか？

## 運転業務に従事している皆様へ

新年明けましておめでとうございます。

白石が前職で経験したことですが、1～3年間隔で運転適性検査を受けるのが義務付けられていました。私はいつもいい結果を出していたのですが一度も褒められたことが無く、いつも慢心に注意しなさいと言われていました。同僚に診断結果はどうだった？と聞いても、その同僚は動作が緩慢なので潤滑な動作を心掛けなさいとアドバイスされていたよう。診断結果が良くて悪くても必ず注意を受けていた過去を振り返ると、常に自分を省みて注意力を怠らずに運転することが無事故への第1歩だと思うようになりました。月に一度でいいのでく運転反省の日を作り、省みて無事故を実行していきたいです。ひこうせんの皆様と笑顔で、事故ゼロで今年1年と一緒に乗り切りたく思ふ経験談を載せさせて頂きました。本年も宜しくお願い致します。

庶務課課長 白石 真

しゃべりばは、毎月第1週の曜日をずらせて19時から21時ごろまで、  
ひこうせん本部で開かれています。利用者、職員、アシスタントどなたでも参加自由、食事をして、おしゃべりして、という会で無料です。

当日は、登から職員さんが貢出し、調理、盛り付けなど大忙しで  
沢山のご馳走が並んでどれから箸をつけてよいか迷うほど。

特におすすめは、総務部長斎藤洋子さんの、揚げ雑煮！鉄板です！

各テーブルでは、大いに食べ、話し、大変楽やかな催しとなって毎回盛り上がっています。みなさん是非ご参加下さい。



しゃべりば  
リポート



2015年1月16日（金）から25日（日）ひこうせん HOP課長の野澤健さんが、  
出演する「新宿版 千夜一夜物語」が池袋の東京芸術劇場シアターウエ  
ストで開催されました。その初日に、ひこうせんの仕事を終えてから総務課長と  
広報の二人で観劇に行ってきました。普段電車に乗り慣れていないとの不案内  
で、時間の道のりが遠く感じられ、やっとこたどり着いた東京芸術劇場は  
国内有数のホールでびっくり、お芝居は、寺山修司の作で歌舞伎町を舞台にア  
ラビアンナイトの世界を、というもの・・素直な笑顔しかった！普段机を並べ  
の同僚、野澤くんの、本来の姿、水を得た魚のように生き生きと舞台を駆け  
廻る彼の姿は輝いていました。これから更なる飛躍が期待されます。野澤さ  
ん頑張って下さい。

## 2015年 九星気学の運勢 占い 美雨



きゆうしきせい 九紫火星	周囲の為に尽す事が運が開けます。何事も華やかに目立つことを好む星ですが、やるべき事を坦々と確実にこなして下さい。そう遠くない時期に地道に努力してきた事が花開くでしょう。
はっぽくぜい 八白土星	スタートラインに立つ年。九星の九年間のサイクルが終わるし、これからの自分の計画を立てじっくりとあせらず始めましょう。
しちせききんせい 七赤金星	まさに主人公の年になる運氣です。これまでの努力が評価され、太陽が輝く様にスポットライトを浴びるでしょう。
ろっぽくせい 六白金星	物事が進んでは戻り、進みたいのに進まないという様に、思い通りには行きません。焦らずに気の流れに逆らわず行けば余計な力は使わず本来の自分の力を發揮できます。
ごおうどせい 五黄土星	風向きが大きく変わり、穏やかにこの年は、心と体の休憩と自分の時間の作り方を考えましょう。そして内面を磨く年です。
じくろくせい 二黒土星	色々な運気が方についてくれる素晴らしい年に突入しました。これまで小さな努力を懸念に積み重ねてきた事は、周囲はしっかりと評価し大きな良い波を運んできます。この時期は、しっかりと自分のやりたい事を形にすべく考えていきましょう。
いっぽくせい 一白水星	今まで興味がなかった事に心が向かい始めます。そして悩むべき道の方向性が定まります。失敗も成功へ確実につながります。
しろくもくせい 四緑木星	仕事や社会活動など、公の事に関心が向かいます。今度は、自分が頑張れば頑張るほど、成果がお金となり返ってきます。貯めるより自己投資に使い自分を向上させましょう。
さんべくもくせい 三碧木星	自身が中心となって活躍する年。しっかりと役目を全うしましょう。この年は欲が高まるので気を付けましょう。

九星一覧表から あなたの星を探してください。皆様が素晴らしい年になりますように。

## 九星一覧表

ごおうどせい 五黄土星	しろくもくせい 四緑木星	さんべくもくせい 三碧木星	じくろくせい 二黒土星	いっぽくせい 一白水星	きゆうしきせい 九紫火星	はっぽくぜい 八白土星	しちせききんせい 七赤金星	ろっぽくせい 六白金星
大正 12 年	大正 13 年	大正 14 年	大正 15 年	昭和 02 年	昭和 03 年	昭和 04 年	昭和 05 年	昭和 06 年
昭和 07 年	昭和 08 年	昭和 09 年	昭和 10 年	昭和 11 年	昭和 12 年	昭和 13 年	昭和 14 年	昭和 15 年
昭和 16 年	昭和 17 年	昭和 18 年	昭和 19 年	昭和 20 年	昭和 21 年	昭和 22 年	昭和 23 年	昭和 24 年
昭和 25 年	昭和 26 年	昭和 27 年	昭和 28 年	昭和 29 年	昭和 30 年	昭和 31 年	昭和 32 年	昭和 33 年
昭和 34 年	昭和 35 年	昭和 36 年	昭和 37 年	昭和 38 年	昭和 39 年	昭和 40 年	昭和 41 年	昭和 42 年
昭和 43 年	昭和 44 年	昭和 45 年	昭和 46 年	昭和 47 年	昭和 48 年	昭和 49 年	昭和 50 年	昭和 51 年
昭和 52 年	昭和 53 年	昭和 54 年	昭和 55 年	昭和 56 年	昭和 57 年	昭和 58 年	昭和 59 年	昭和 60 年
昭和 61 年	昭和 62 年	昭和 63 年	昭和 64 年	平成 02 年	平成 03 年	平成 04 年	平成 05 年	平成 06 年

## 健康の維持のために（2）

新年顔合わせで「今年やりたい事」を聞いたところ、健康やダイエットと答える方が多かったです。そこで今回はダイエットの成功例をご紹介します。

まずは…

1. 食べた物を記録しましょう。…朝・昼・夕食・間食など口にしたものを詳しく  
ご飯1杯・パン8枚切り1枚・  
コーヒー(砂糖なしミルク1杯)など

●自分がどのくらい食べているのか分かります。

2. 体重を量りましょう。…毎日量れる人は、日々の変化を記録すると良いです。  
毎日は無理という人は、1週間に1回でも1ヶ月に1回  
でも良いです。

●変化が分かり、減っていれば励みにもなります。

3. 出来ることは自分でやりましょう。…運動ができる人は運動をしてもらう事が一番  
ですが、車椅子の方は自走する・足踏みをする・洋服の脱ぎ着で腕や足を動かすなど  
してみて下さい。

●カロリー消費をめざします。

つぎに…

1. しばらく続けてみて体重が減らなければ、食べる量を見直してみましょう。  
・ご飯を半分にしてみる



- ・おかずを半分にしてみる
- ・コーヒーにミルクや砂糖を入れていたならやめる
- ・パンにバター・ジャムをつけていたのをやめる

・夕食だけ食べる量を半分にしてみる。など…

調整のやり方は色々です。もちろん、全部制限すれば体重は減りますが、  
きっとストレスがたまります。少しずつで良いので、変化をみてみましょう。

最後に…

1. 少しずつでも体重が減ってくるようであれば、その食べ方を続けてみましょう。

慣れれば、ケーキを食べたから、ご飯は食べずにおかずだけ食べるなど  
どこかで調整出来ると良いと思います。

短い期間で体重減らすことはしないで、少し長い時間をかけて少しづつ減らしていく方がストレスもたまらず、リバウンド(体重の戻り)もなくなると思います。

ちなみに…不規則な時間に食事をしている、夜遅く寝る前に食事をしている方は、  
その習慣をやめるだけで体重が減るかも！？しませんよ。

看護師 久下 知恵

## 厚生部

楽しかった！！

クリスマス会！

2014年12月21日(土)、やすらぎの里でクリスマス会を行いました。参加者は66名でした。こころ音楽隊の皆さんありがとうございました。料理が沢山あって美味しかったです。ピング大会はより盛り上りました。

皆さん沢山の参加ありがとうございました。  
1月27日(火)のみんなの広場は、お餅つき大会です。

2月24日(火)は今年の鍋です。

3月7日(土)ミニツアーはディズニーランドです。お楽しみに！



やすらぎの里で楽しく賑やかに  
メリークリスマス



沢山のご馳走で皆、大満足。



こころ音楽隊のみなさん  
楽しい演奏ありがとうございました！



ピング大会は広報が一等賞  
当たっちゃいました。  
でへ( ^ ^ );

## ひこうせん販売

ひこうせん販売予定  
2月10日(火) 市役所販売

## 参加者募集

### ☆しゃべりば

2月2日(月) 18:30頃から21:00頃

本部にて・誰でも参加OK 無料です(軽食・飲み物をご用意しています)申込みは総務まで。

しゃべりばは普段なかなか話が出来ない人と  
話ができる絶好のチャンスです！

## 段ボール・新聞紙を回収しています！！

ひこうせんでは、随時ダンボール・新聞紙の回収をしています。家に溜まっているダンボールや新聞紙がありましたが、ひこうせん本部(栄町)迄お持ち下さい。持てこられない場合は、ご連絡頂ければご自宅迄取りに伺います。また、お店や会社などのダンボールも回収いたしますので、ご連絡下さい。

### うきしろり

うち かみぶくろ おお か ものぐら  
お家にある紙袋や大きめのお買い物袋がございましたら、うきしろにください。

どうぞよろしくお願ひします。

## リサイクル用品のご寄付をお願いしています。

\*衣類(まだ着られる服、未使用品など)

\*小物類(おもちゃ、雑貨、バッグ、帽子など)

\*陶器類(花瓶、コップ、お皿、まだ使用できる品)

※また、お家で眠っている色鉛筆やクレヨン、毛糸、生地なども集めております。

ご寄付して頂ける物がありましたら、うきしろ咲蔵 048-564-6644(PAG内)迄ご連絡下さい。

