



12月は私達にとって大変忙しい月でした



平和理事会の理事とスタッフによる居住者の為のクリスマスパーティーを催されました事を深く感謝します。

私達は又素晴らしい食事や氷の彫刻を作った頂いた水内シェフそしてヘルプされた

萱野レイ様が居住者の皆様と共に101歳の誕生日をお祝いしました。私達は102歳の誕生日パーティーを楽しみにしています。



日本国総領事館の吉田雅治総領事が12月16日(月)平和テラスを訪問されました。平和テラスのツアーをされて居住者及び理事会のメンバーと歓談しました。私達のおもてなしに感謝のお言葉を受けました。平和テラスは再度の訪問を心より歓迎いたします。



- 私達は又、長老教会の毎年恒例のキャロルと楽しいイベントに感謝します。
- 居住者方は又、デボン教会のキャロルや人形劇を楽しみました。デボン教会の訪問は初めてでしたが素晴らしいイベントを満喫しました。来年もこの催しを見てみたいと思っています。
- ソレックウェルネスセンタでは1月10日(金)午後2時居住者の皆様のために軽食を提供して下さいます。全居住者が招待されています。
- C R I S P が休み明けに帰ってきます。新鮮な果物や野菜を火曜日午前9時に来て注文して下さい。皆様の要望によってカボチャと大根がリストアップされました。金曜日午前9時ダイニングルームに配達されます。買い物リストを作られましたらジーンかジェシカにお渡し下さい。

マネジメントより

- **2014年ソーシャルセキュリティー給付の手紙**：2014年度ソーシャルセキュリティー給付の手紙を事務所まで持参して下さい。コピーを作成して貴方のファイルに保管致します。
- **平和ネットワーク**：オフィスからの各種通達や情報は平和ネットワークチャンネル(4)見て参照して下さい。
- **ベッドバグ**：シカゴでベッドバグが発生しています。ビルディングからベッドバグを絶滅する為には皆様の協力が必要です。定期的にベッドの足下に設置されている捕獲器を確認して下さい。もし見付けられたら直ぐオフィスに知らせて下さい。必要に応じて調査して駆除をします。早ければ早いほど効果的です。

これらの事を覚えて下さい

貴方が質問、懸念、苦情を持たれている時はマネジメントかサービスコーディネーターに躊躇しないで話して下さい。全ての情報はプライバシーの権利を保護し機密は厳守されます。平和のスタッフの話を不快に感じられたら居住者協議会のメンバーに話して下さい。居住者協議会のメンバーは居住者の為にお互い住みやすくする為提唱する仲間です。貴方の声は皆様の為の生活環境を向上させるのに効果的です。

居住者協議会は多くのメンバーを募集しています。興味のある方は現在のメンバーかジーンに詳細をお聞き下さい。協議会の会議に参加する事が出来ます。

感謝

今月から寛大で思いやりのある奉仕者に感謝を込めてお知らせ致します。

寛大な寄付は私達にダイニングルームにて毎日無料のコーヒーやお茶を提供する事が出来るだけでなく全ての居住者の利益と楽しみの為に計画されているプログラムや活動の為に使用されます。又、貴方の貴重な時間そして供給される現物寄付は居住者の良好な物理的、精神的な健康の重要なメンテナンスとなります。もし貴方の名前を記載したくない時はジーンかジェシカに連絡して下さい。

12月に寄付された方(11/26-12/27)

| | | | | |
|--------------------|---------------|----------------|----------------|-----------|
| Patricia Matsumoto | Alice Murata | Fumiyo Uchida | ChingChoo Liao | Jindi Ma |
| Nhukhai Pham | LianCheng Hsu | Zujian Meng | Dao Thanh Ta | Min Lo |
| TienHwa Pong | Zhaoxia Yu | Shenggeng Wang | Rose Moy | Wenzhu Lu |

ZuPing Wang
Kun Ming Luo
Anonymous

HuoQing Zou
Renwei Xia
Anonymous

ChenHxin Min Wang
WenBin Zhang
Anonymous

Baoxi Jia Quan Liu
Atsuko Tamura
Mr. & Mrs. Greg Rivera



米谷久子様が作られたハロウィーンとクリスマスの飾り感謝します。

貴方への情報

年頭にあたって健康について新年に決心される事柄を提案します。

*新しい仕事や新しく学ぶ事によって心や脳を活性化する：新しい言語を学びブッククラブ、脳のゲーム例えばパズルやニュースレターにある数独等で遊ぶ、クラフトルームのコンピューターでE-メールやウェブサーフを学ぶ。

*エクササイズや新しい身体活動始める：エクササイズプログラム例えば転倒防止、やさしいヨガ、ビデオエクササイズ又、卓球、玉突きゲーム等月例カレンダーをチェックして友達や近隣の方と一緒に楽しむ。

*新鮮な食物をもっと摂取する：新鮮な果物や野菜を摂取し加工食品や乳製品を控える。ウィークリーにCRISPが配達する新しい食品を試してみる、そしてダウンデーリーの乳製品を購入する。

*貴方の家をより安全に：煩雑を無くし危険で不衛生な環境から脱却する。

*新しい友人に会う：ビンゴ、カラオケ、居住者会議又は色々なプログラムに参加して新しい友人を作る。ボードゲーム例えば碁、ドミノ、ルビックス、チェッカー等ダイニングルームで遊んで友人を作る。

*そして貴方が新年に追加の事柄を決意される事項を書き留めて下さい。

平和オフィスの時間：773-989-7333 (月)-(金) 午前9時から午後5時
サービスディネーター

ジーン 井上：773-989-5906 月-金 午前8時30分-午後4時30分

ジェシカ ムーン：773-989-5672 (月)-(金) 午前9時-午後5時

ソレックウェルネスセンター

ナース Chin：773-271-0144 月 水 金 午前9時-午後4時30分

ドクター Shin：773-271-0144 (月) 午前11時-午後1時30分

ドクター Machad：773-271-0144 (水) 午前11時-午後1時

ドクター Chi (足の医者)：毎月終わりの(金) 午前8時-午後1時