

헤이와 테라스 회보

2015 년 8 월

헤이와 소식

- **주민회의는 목요일, 8 월 6 일 오후 2:45 식당에서 진행됩니다.** 헤이와 소식을 들을수 있고 헤이와 공동체로서 많이 참여하시길 바랍니다.
- **미쓰와 방문은 화요일, 8 월 11 일로 결정되었습니다.** 참여하실분들은 마이코 사무실에 등록해 주세요. 지역 친구분들이나 가족분들도 초대하셔도 됩니다. 버스를 빌리는데 20 분의 참여가 반드시 필요합니다.
- **시카고 일본 총연사관에서는 “창으로 보는 일본 - 지역사회 방문” 프로그램으로 일본 문화를 소개합니다. 화요일 8월18일 오후 3시 시작합니다.** 많이 참여하셔서 일본 문화에 대해 배우거나 친숙한 내용에 대해 알수있습니다.
- **지난달 많은 분들이 오후에 있었던 가라오케를 즐겨하셨습니다.** 가라오케는 매달 첫째 월요일과 셋째 월요일 저녁에 있습니다. 음악과 노래는 몸과 마음을 가라앉히고 스트레스 해소에도 도움이 됩니다.
- **시카고 경찰서에서는 특히 무더운 날들 범죄율이 증가한다고합니다. 특히 거리에서 내 자신을 보호하는 몇가지 안전사항에 대해 알아두세요.**
 - 여자분들은 가방을 큰이 어깨가 아닌 몸에 감싸게 메시거나 팔아래 몸 가까이 두세요. 남자분들은 지갑을 바지 안쪽 주머니나 윗옷 안 주머니에 넣어두세요.
 - 밤에는 혼자 밖에 나가지 마세요.
 - 가능하면 친구분들이나 여럿이 함께 다니세요.
 - 항상 주변을 인식하고 또 주위를 둘러보세요.
 - 내 가까이 누군가 걸어오는지, 따라오는지 둘러보세요. 만약 누군가 따라온다고 느낄때에는 길을 건너거나, 걷는 속도를 높이거나 줄이세요.
 - 사람들이 많이 드나드는 가게를 이용하시고, 가게에 혼자만 있는곳을 피하세요.
 - 눈에 쉽게 띄는 반짝이는 보석등을 피하세요.
 - 필요할때에는 힘껏 소리쳐 도움을 청하세요. 특히 “파이어” (불이야) 라고 외쳐 주위 사람들의 관심을 끌도록 하세요.

관리사무실 소식: 관리사무실에서는 특히 더운계절과 추운계절에 헤이와 주민께서 에너지를 절약하도록 요청합니다. 모든 분들이 에너지 절약으로 비용을 줄이고 또 환경을 보존하는데 보탬이되길 바랍니다. 아래와 같이 간단한 유의 사항을 따르세요:

- 방에서 나갈때나 외출시 불을 꺼주세요.
- 전기 담요, 전기 침대, 선풍기 등 전기 제품을 사용하지 않을때에는 전원을 끄고, 외출할때도 반드시 전원을 꺼주세요.
- 외출할때 에어컨 또는 히터를 꺼주세요.
- 사용하지 않는 전기제품 또는 가전제품은 코드를 빼주세요.
- 에어컨을 사용할때에는 창문을 닫아주세요.
- 물을 흐르는 채로 놔두지 마세요.
- 냉장고와 냉장실을 많은 음식물로 너무 채워두시 마십시오.

감사합니다..

관대한 기부는 헤이와의 모든 헤이와 테라스 주민께서 이용하는 커피와 차를 무료로 제공할 수 있도록 하고 또 많은 분들의 즐거움을 위해 계획되는 프로그램을 위해 사용되는 기금에 배치됩니다. 또한 여러분의 귀중한 시간 및 물품 기부는 헤이와 테라스 입주자분들에게 신체적, 정서적 영적 건강유지에 필요로하는 데 사용됩니다. 혹시 이름이 기재되는 것을 원하지 않으시면 마이코 또는 제시카에게 알려주세요. 무순입니다.

기부하신 분(6/26 - 7/21)

Fumiyo Uchida	Hisako Kometani	Alice Murata	Donna Ogura
May Nakano	Raymond Snyder	Iris Delgado	Lillian Morimoto
Ock Soon Kim	Tadashi & Kazuko Nukuto	Myong S Whittle	Bob Ide
Anonymous	Anonymous	Chicago Japanese American Historical Society	

헤이와 사무실:

773/989-7333 MON. - FRI.: 9AM - 5PM

서비스 코디네이터: 마이코 야나이: 773/989-5906 MON. - FRI. 8:30AM - 4:30PM

제시카 문: 773/989-5672 MON. - FRI. 9AM - 5PM

또릭 건강센터

김 간호사 선생님: 773/271-0144 MON, WED, THUR, FRI. 8AM - 4:30PM, TUE. 2PM - 4:30PM

DR. SUESAKUL 닥터 수사클: 773/271-0144 Check with the nurse for schedule

DR. CHI (FOOT DOCTOR) 닥터 지, (발 전문의) 마지막 금요일. 8AM - 11A (예약 필수)

수도쿠 (Sudoku)

수도쿠 게임은 계산법을 필요로 하는 게임입니다.

- ❖ 이 게임의 목표는 모든 네모칸에 적당한 숫자를 넣는 것입니다.
- ❖ 각 세로 9 칸에 1 에서 9 의 아홉까지 숫자를 순서없이 한 번씩만 써서 겹치지 않게 채웁니다.
- ❖ 각 가로 9 칸에 1 에서 9 의 아홉까지 숫자를 순서없이 한 번씩만 써서 겹치지 않게 채웁니다.
- ❖ 세로 각 3 칸으로 모두 9 칸인 작은 사각형 아홉칸의 칸에 1 에서 9 까지 숫자를 모두 사용 하고 겹치지 않아야 합니다.

			2		5			
	5						1	
2	1		8		3		9	7
7		2		8		6		3
	8						4	
4		6		9		8		1
5	7		1		8		6	9
	2						3	
			6		9			