

# 헤이와 테라스 회보

1 월



pikta.jp - 22476818

## 헤이와 소식

### 근하신년!!

- 헤이와 테라스 연말오찬은 즐거웠습니다. 요리사이신 Mr 미주치, 연주자이자 이사이신 에스터 하나와 헤이와 이사회에게 감사를 포함합니다.

### 헤이와의 많은 프로그램과 서비스를 이용하세요.

- 새로운 일을 하거나 새로운 것을 배우면서 마음과 두뇌를 자극하세요. 새롭게 시작되는 언어교실인 “다른 언어를 배우자” 는 미주 수요일, 오전 9 시 진행되며, 영어반은 (한달에 한번 금요일) 진행됩니다. 또 두뇌 게임인 퍼즐, 보드게임 (바둑, 도미노, 체커) 이 식당에 준비되었으니 사용하시고 또 컴퓨터방의 컴퓨터를 사용하세요.
- 금요일에는 그림수업에 참여해 예술적 측면을 자극하세요. 이 수업은 JASC 자원봉사자이신 질 쿠안퐁께서 이끄는 수업입니다. 또한 이노우에 유코 선생님과 함께 꽃꽃이의 예술을 배우고 멋진 창작물을 집에 전시해보세요.
  - 꽃꽃이 수업은 수요일, 1 월 18 일 오후 1 시에서 2:30 까지 12 층 파티방에서 진행합니다. 마이코 사무실에 1 월 16 일 월요일까지 등록해 주시고 회비는 \$15 (꽃 포함) 입니다.
- 뜨개질을 하면서 마음과 손을 바쁘게 유지하세요. 헤이와의 오랜 프로그램인 프로젝 라이너스는 매주 목요일 오후 12:30 공예실에서 만나며 이 시간에 만드는 담요는 아동병원에 기증됩니다.
- 운동또는 신체 활동을 시작해 보세요: 매일 아침운동 (수요일 제외) 을 시작으로, 부드러운 요가(수요일, 한달에 두번), 당구/탁구 (화요일과 목요일), 줌바 (매주 토요일) 그리고 라인댄스 (매주 금요일) 이 있습니다.
- 신선한 과일과 채소, 유제품과 같은 식품을 섭취하고 가공식품을 피하세요. 돈의 우유가게는 매주 수요일 아침 방문합니다.
- 집안을 더 안전하게 유지하세요: 위험하거나 비위생적인 환경을 제거하세요. 가사일에 도움이 필요하시면 마이코 또는 제시카를 만나세요.
- 새로운 사람을 만나보세요: 빙고, 가라오케, 주민회의 등을 통해 이웃과 소통할수 있는 시간입니다.
- 쇼핑하러가기 어려운가요? HOME 어젠시와 파트너를 맺어 매달 금요일 지역 시장에 방문합니다.
  - 금요일, 1 월 13 일 오후 1 시 주월 오스코를 방문합니다. 비용은 \$4.00 이며 등록해 주세요.
- 마이코 야나이 (일본어) 와 제시카 문 (한국어) 는 월요일 부터 금요일까지 오전 8:30-오후 5 시까지 복지 서비스 부서로 근무합니다. 질문이 있거나 문제점을 상의하고 싶으시면 1 층 사무실에 들르시거나 직통 전화를 마이코 773-989-5906 또는 제시카 773-989-5672 로 연락하세요.

## 관리사무실 소식

### 기억해 두세요

- ❖ **헤이와 미용실 서비스가있습니다.** 지역 미용사분들이 자원봉사해 주십니다. 자세한 문의나 예약은 관리사무실을 통하세요.
- ❖ **저녁 식사는 월요일, 수요일, 금요일 판매배달됩니다.** 지역 식당에 주문하는 식사입니다. 한달치를 구입하시거나 입에맞는 식사만 구입하셔도 됩니다. 관리사무실에서 주문 또는 문의 하세요.
- ❖ 헤이와는 별레나 해충이 없는 건물로 유지하기위해 **매주 목요일마다 각 층에 살충제 서비스를 제공합니다.** 궁금한 점이 있으시면 사무실에 문의하세요.
- ❖ **빈대: 시카고에서는 빈대가 증가하고 있습니다.** 이 건물을 빈대가 없는 곳으로 유지하기위해 여러분의 도움이 필요합니다. 침대 밑에 설치된 인터셉터 받침은 정기적으로 점검을 하세요. 만약 아파트안에서 빈대가 발견됐다 여기시면 즉시 사무실에 알려주세요. 즉시 알려주셔야 빨리 알맞은 조치를 취할 수 있습니다.
- ❖ **헤이와 체널: 헤이와 체널인 #4 번으로 정보를 받으세요.**

### 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, 정식적 영적 건강유지에 필요로하는 데 사용됩니다.

혹시 이름이 기재되는 것을 원하지 않으시면 마이코 또는 제시카에게 알려주세요. 무순입니다.

### 기부하신분 (11/30-12/26)

Craig Mizushima	Jung S Kim	Kazuko Nukuto	Renee Murakami
Ellyn Iwaoka	Bob Ide	Emma Robins	May Nakano
Jeong Ja Yoo	Jean Inouye	Yu Zin Chun	Susumu Mukushina
Hisako Kometani	Anonymous	Anonymous	

11 월과 12 월 기부해주신 Ellyn Iwaoka 에게 감사드립니다.

---

### EVERGREEN REAL ESATE GROUP 에버그린 사무소

Debbie Wenzlaff, Regional Supervisor (데비 윈즈러프, 지역 관리자) **312-989-4883**

### HEIWA MANAGEMENT OFFICE 관리사무실: 773/989-7333 월 - 금: 오전 9 시 – 오후 5 시

Sheri Gault, Manager (세리 걸트, 매니저)

### HEIWA SECURITY 경비사무실: 773-989-7333 24 시간/ 7 일

Rachel Tucker, supervisor (레이철 터커, 경비 슈퍼바이저)

### SERVICE COORDINATORS 서비스 코디네이터:

Maiko Yanai 마이코 야나이: **773/989-5906** 월- 금 8:30AM – 4:30PM

Jessica Moon 제시카 문: **773/989-5672** 월 - 금. 9AM – 5PM