

헤이와 테라스 회보

2017 년 6 월



헤이와 소식

- 차 유리창에 붙이는 스티커가 6 월 또는 7 월에 만료되는 분들을 위해 시 의원 사무실에서 스티커 판매를 목요일, 6 월 1 일 오전 10 시에서 오후 2 시까지합니다. 사무실은 4549 N Broadway (46 지구 사무실). 반드시 운전면허와 차 등록증을 지참하시면 할인을 받을 수 있습니다.
- 토요일, 6 월 3 일 일본 축제방문 참석에 등록하신 분들은 오전 11:15 까지 로비로 오세요. 헤이와에서는 점심식사, 입장권, 차량을 제공합니다.
- 시카고 지역에 간호사이고 영양사이신 에이미 야히로께서 헤이와로 돌아와 월요일, 6 월 12 일 오후 2:30 당뇨병이 있으신 분들의 영양교육을 진행합니다. 이번 설명회에서는 식사량 과 먹는 부분을 어떻게 관리하고 또 견본을 통해 설명합니다. 알려드리니 많은 분들이 참석하셔서 좋은 정보 받으세요.
- 헤이와 이사가 진행하는 공예수업은 목요일 6 월 6 일 오후 1 시 식당에서 진행하며 모두 환영합니다.
- 주민회의는 목요일, 6 월 8 일 오후 2:45 식당에서 진행합니다. 헤이와에서 진행하는 행사 와 최신 정보를 받으실 수 있으며 모든 주민들께서 자유롭게 의견을 말 할 수 있는 자리입니다. 이 중요한 회의에 참석하시기 바랍니다.
- 꽃꽂이 교실로 예술품도 만들고 집에 아름다운 꽃장식도 하세요. 유코 이노에 다시 선생님께서는 6 월 7 일 오후 1 시에 12 층 파티방에서 진행합니다. 6 월 5 일 월요일까지 등록해 주시고 수업료 (\$15 꽃 포함) 을 지불해 주세요.
- 홈 쇼핑버스는 금요일, 6 월 9 일 오후 1:30 중부시장으로 갑니다. 비용은 \$4.00 이며 마이코 사무실 밖에 등록해 주세요.
- 좋은 이웃인 Missio Dei Chicago 교회에서는 6 월 생일 및 빙고 파티를 토요일, 6 월 24 일 오후 2 시 식당에서 제공합니다. 모든 주민을 초대하며 특히 6 월 생일이 있으신 분들을 환영합니다.
- 옴니 건강센터에서는 무료 건강검진을 금요일 6 월 23 일 오후 2 시부터 시작합니다. 지금 건강 상태를 알아두는데 도움이 될것입니다. 콜레스토롤, 혈당, 혈압, 산소 포화등을 점검해 드립니다. 관심있으신 분들은 23 일 2 시에서 4 시사이 건강센터로 오세요. 간식도 제공됩니다.
- 야채시장이 벌써 시작되었습니다. 야채시장 쿠폰신청을 원하시는 분들은 신청서를 만들어야 합니다. 신청 자격은 60 세 이상이고 수입이 \$1860 (1 인 가구) 또는 \$2504 (2 인가구) 입니다. 신청서는 월요일 6 월 12 일부터 금요일, 6 월 23 일까지 작성합니다. 마이코 또는 제시카를 만나시고 ID 카드와 수입증명서를 지참하세요.

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.

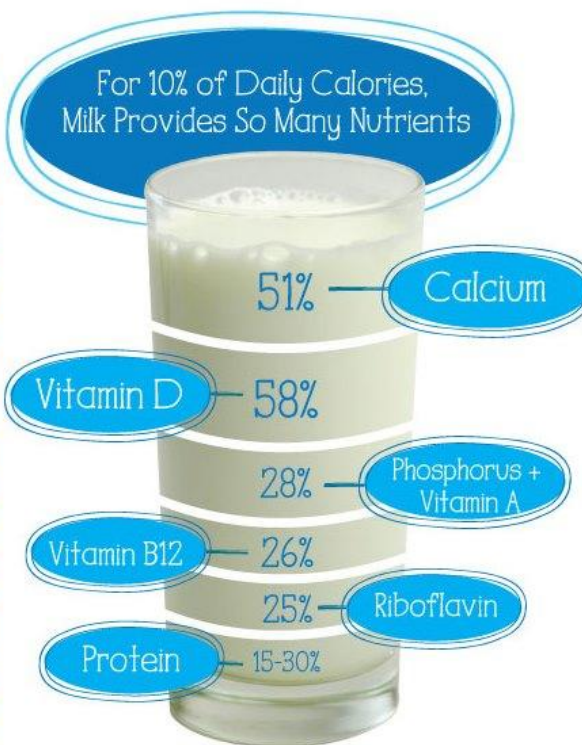
기부하신 분 (4/27/17 – 5/25/17)

Rose Moy	Hisako Kometani	Roy Yoon	Ok Bun Han
Kazuko Nukuto	Patricia Kirby	Renee Murakami	Bob Ide
Atsuko Tamura	Anonymous	Anonymous	Anonymous

알아두세요.

6 월은 전국 유제품의 달입니다. (Catholic Charities SFNP June Newsletter)

MILK MEASURES UP



- **영양:** 저지방 유제품은 뼈와 치아를 건강하게 하는 칼슘, 단백질, 비타민 A와D 가 있습니다.
- **건강 혜택:** 유제품을 포함하고 나트륨(소금)을 줄인 균형잡힌 식단을 섭취하면 혈압을 낮출 수 있습니다..
- **선택—다양한 종류의 유제품이 있습니다:**
 - 저지방 우유
 - 저지방 치즈
 - 요구르트
 - 무당 우유 또는 두유

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