

平和テラス ニュースレター

2018年1月



平和テラスでの出来事

- 新年あけましておめでとうございます！
- 皆さまのご健勝とご多幸をお祈り申し上げます。
- クリスマス昼食会の盛会に感謝します。素晴らしい会となるようにと、熱心に準備して下さった平和テラス理事メンバーに心より感謝申し上げます。また、素晴らしいパフォーマンスをご披露頂きました藤間秀之丞師匠と、美味しいグルメ料理をご準備頂きました水野シェフとご家族メンバーにも感謝申し上げます。

平和テラスで提供されている多くのプログラムやサービスをぜひご利用ください。毎月発行のカレンダーで日付と時間を確認して下さい。もし、皆が楽しむことのできるプログラムやアクティビティーの提案やアイデアがありましたら、お気軽にジェシカか麻衣子までお知らせ下さい。

- 新しい事を何か始めて脳を活性化させる：例えば、新しい言語を学び始める、ブッククラブに参加する、ダイニングルームでパズルなど脳を活性化させるゲームや碁、ドミノ、オセロなどのボードゲームをする、クラフトルームでEメールの送信法やコンピューターのウェブサイトを検索する方法を学ぶ。
- 好評のスマートフォンクラスは1月10日より4回のみ追加レッスンを行います。詳細は別途で掲示板メモをご覧頂き、希望者は麻衣子の隣オフィスで申し込み下さい。
- 自分の中に秘めた芸術家の要素を引き出して**絵画クラブ**や**クラフトクラス**（1月のクラフトクラスはお休みです）に参加してみる。井上裕子先生による**生け花クラス**に参加して自分で創った生け花を家に飾ってみる。
 - 1月の生け花クラスは1月17日（水）1時から2時半12階パーティールームで行います。参加希望の方は麻衣子のオフィス隣の申込み用紙に名前を記入し、1月15日（月）までに費用15ドル（お花代込）をお支払いください。
- 新しい体操や運動を始めてみる：プロのヨガ指導員による**優しいヨガ**、**朝の体操**や**ズンバ**、もしくは**ビリヤード・卓球グループ**などの体を動かすプログラムに参加してみる。
- **新鮮な食べ物を以前よりも接種するよう心がける**：フルーツや野菜、乳製品を多くとり、加工食品をなるべく避けましょう。ドーンさんの乳製品の配達**は毎週水曜日の朝**に行われます。
 - **H.O.M.E.**による地域のマーケットへの買い物送迎サービスは毎月**第2金曜日**に行っています。今月は韓国系ジョンブーマーケットへの送迎を1月12日（金）1時半より行います。参加費用は1回につきお一人**4ドル**。麻衣子のオフィス隣で申し込みをして下さい。
- **住居をより安全で清潔な場所にする**：ガラクタを処分し、有害で不清潔な環境を改善しましょう。もし家事の援助が必要な方は、ジェシカか麻衣子まで申し出て下さい。
- 気分が優れない時には…**オムニ医療クリニック**を利用しましょう。セラグ医師は毎週月曜日の午後3時から診察を、スタッフのシャリーンは月曜日と水曜日の午前9:30より平和テラスで各業務を取り扱います。
- 新しい友人を作りましょう：**ビンゴ**や**カラオケ**、**タウンホールミーティング**などに参加して、新しい人との出会いを作りましょう。
 - **水曜日の夜**に行われる**ビンゴのボランティア**を現在募集しています。もし**ボランティア**をしたい方は、ジェシカか麻衣子までお知らせ下さい。
- 誕生日をお祝いし、友人やご近所さんと**ビンゴゲーム**をしながら楽しみましょう。Missio Dei シカゴ教会がまた1月にも**居住者向けお誕生日会及びビンゴパーティー**を1月27日（土）2時より開催して下さい。居住者全員の参加を歓迎しますが、特に1月誕生日の方の参加をお勧めします。

管理会社より

ご存知ですか？



❖ 美容院のサービスが平和テラスで提供されています。詳細スケジュールやアポイントについては管理会社までお尋ねください。

❖ 毎月曜日、水曜日、金曜日の夕食販売が行われています。食事は地域のレストランから配達されます。月間登録もできますが、一食のみ購入することも可能です。メニューを見たい方や追加情報については、管理会社オフィスに立ち寄ってお尋ねください。



❖ 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(チャンネル4)を見て参照して下さい。

感謝

- 以下の奉仕者および寄付者に心から感謝を申し上げます。皆様からの寄付金は、ダイニングルームの無料コーヒー/緑茶サービスのため、また全ての居住者の利益と余暇活動のために感謝を持って使用させていただきます。奉仕者の貴重な奉仕時間や現物寄付は、居住者の心身および精神の健康促進のバロメーターにもなります。

＊もしニュースレターに寄付者としてのお名前の公表、またはお誕生日、回復祈願などを記載して欲しくない場合にはジェシカ、麻衣子までご一報下さい。宜しくお願い致します。

寄付 (11/29/2017-12/20/2017)

Shenggeng Wang	ZhaoXia Yu	Kun Ming Luo	Wen Bin Zhang
Atsuko Tamura	Bob Ide	Renee Murakami	Young Ja Hong
Kazuko Nukuto	Ok Bun Han	Ock Soon Kim	Rose Moy
Hisako Kometani	Susumu Mukushina	Anonymous	

エバーグリーン不動産グループ (管理会社) 電話：312-382-3228

平和テラスオフィス：電話：773-989-7333

月曜日から金曜日午前9時～午後5時

シェリー ゴート：マネージャー

平和セキュリティー：電話：773-989-7333 24時間・週7日間

レイチェル タッカー：スーパーバイザー

サービスコーディネーター

ジェシカ ムーン：月曜日から金曜日午前9時から午後5時まで

773-989-5672

矢内麻衣子：月曜日から金曜日 午前8時半から午後4時半まで

773-989-5906