

# とらいむ便り 3月

## ★ご来所のみなさまへ★



3月になりました。3日はひな祭りでもあり、耳の日でもあります。3という数字が耳の形に似ていることや、「3(み)3(み)」という語呂合わせにちなんでいますが、より多くの方が、耳の病気や聴覚障害を持つ方へ関心を持つことを目的として、1956年に日本耳鼻咽喉科学会によって制定されました。また、電話の発明者であると同時に聾啞(ろうあ)教育者であるグラハム・ベルの誕生日、そして、ヘレン・ケラーとサリバン先生をベルが引き合わせた日でもあり、日本だけの記念日ではなく、WHO(世界保健機関)が定める国際耳の日として、毎年世界各地で耳に関する啓蒙・啓発活動が実施されています。この機会に、みなさんも、耳の健康に気を配ってみましょう。耳はツボの宝庫で、100を超えるツボが集中しています。「もむ」「こする」「引っ張る」の3つを組み合わせたマッサージで、体がぼかぼかと温まり、疲れが取れたり、気分のリフレッシュがはかれます。すき間時間にお試し下さい。



- \*引きつづき、マスク・消毒など各自で感染症予防をお願い致します。
- \*新しいボランティアさんにオープンスペースの受付をお願いしています。



## ★3月の生活力アップセミナーのご案内★



### 園芸療法士さんといっしょに♪ 園芸を楽しもう☆

【日時】3月13日(水) 14:00~16:00  
【場所】とらいむ 多目的室  
【内容】ジャガイモの植え付け  
【材料費】100円 匂い袋づくり



### 音楽療法士さんといっしょに 音楽を楽しもう!

【日時】3月1日(金) 10:30~11:30  
【場所】とらいむ オープンスペース



## ★参加を希望される方へお願い★

プログラムの参加人数を制限させていただいております。  
お手数おかけしますが、必ず事前に申し込みをお願いいたします!

## ★プログラム参加申し込み方法

とらいむ登録メンバーの方：事前にお電話または来館時にお申し込みください。  
上記以外の方：申し込み用紙への記入が必要となります。  
お電話にてお問い合わせください。



## 【R5年度の生活力アップセミナーの予定】

- ★音楽プログラム(奇数月の第1金曜日・10:30~11:30)
- ★植物プログラム(毎月第3水曜日・14:00~16:00) ※3月は第2水曜日の開催です!
- ★アロマテラピー(偶数月の第4月曜日・13:30~16:00)

※各プログラムの詳細は、案内チラシやお電話、来館時にお問い合わせください。

今後、予定が変更になる場合もございます。ご了承ください。

発行:地域生活サポートセンター とらいむ

住所:鎌倉市由比ガ浜 2-2-40 KFビル4階 電話:0467-61-3205

受付時間:月曜日~金曜日(祝日は除く) 9:30~17:00

ホームページアドレス <http://npo-mind.or.jp/trymmm/>

運営主体:特定非営利活動法人 地域生活サポートまいんど  
法人ホームページアドレス <http://www.npo-mind.or.jp>



## ■ 3月の休館日 ■

日曜日・祝日・第5土曜日

日曜日 3日・10日・17日・24日・31日

祝日 20日(春分の日)

第5土曜日 30日