

9/1 MON - 10/31 FRI





浴室・プール利用について 9/16(火)~9/20(土)

上記期間ボイラー入替え工事の為、 浴室、シャワーのお湯は出なくなります。プールの水温も上がりませんが利用 できます。(シャワーは水になります) ご迷惑をおかけしますが、ご理解ご了 承の程お願いいたします。

駐車場利用について

ボイラー入替え工事に伴い、9月8日(月) ~9日(火)は建物裏駐車場の4台は利用できません。

9月16日(火)~20日(土)は<u>建物裏駐車場</u> カーポート付近の駐車場は利用できません。 当日は、三角コーンが置かれますのでご協力をお願いいたします。

9月~

★10:40~11:35 [第2スタジオ] いきいき健康体操〈天瀬〉 定員 10 名➡12 名へ変更です

**祝日レッスン **

9月15日(月)敬老の日

- 10:40~11:35 らくらく健康体操〈米澤〉
- 11:50~12:35エアロビクス〈米澤〉

9月23日(火)秋分の日

- 10:40~11:35ストレッチ∃ガ〈福留〉
- 11:50~12:35エアロビクス〈山崎〉
- 12:50~13:35 ∠ ZUMBA〈山崎〉

VICTORIA HEARTS



こどもが夏祭りでメダカを 18 匹ゲット。もともと若い頃熱帯魚にはまっていたのでその頃の知識をもとに水槽・フィルターなど揃えて飼育スタートしましたが 3 週間程で死んでしまったので水を捨てようとしたらなんと赤ちゃんが孵化していました。今はこどもとメダカ稚魚の観察をしています。



ついにやってきます。8月29日から九州場所の二次先行抽選がやってきます。私はファンクラブの小結コースに入っているので一般販売より先にチャンスがやってきます。抽選結果発表は9月3日です。ドキドキがとまりません。



今年の川内花火大会は、YOUTUBEで配信されている方がいて、TVで観ました。部屋を暗くして観ると結構綺麗でした。生の臨場感のある花火もいいですが、クーラーのきいた部屋でゆっくり観る花火もまたいいなと思いました。また地方の有名な花火大会も探して観てみようと思います。



前々から高校の同窓会を企画していて、先日無事に開催することができました。ほとんど卒業してから会う友達ばかりで少し緊張していましたが、いざ会ってみると当時と何も変わらない仲間の顔ぶれで懐かしすぎて涙が出そうになったのは内緒です。会話が1秒も途切れることなく深夜2時まで騒ぎ大人の青春を謳歌した熱い夜でし



あいさつが、「毎日暑いですねー」となっているこの時期に 絶対に必要な家電は、エアコンです。家のリビングのエアコ ンは、18年使用しています。こわれる前に買い換えようと 考えていますが、お得な買い換え時とメーカーを検討してい るところです。何か良い案があれば教えて下さい。

スタッフのつぶゃき

びくとりあは一つ



照りつく日差しが夏本番を知らせる頃、熊本県人吉球磨地方に赴き、平安時代初期に創建された 1200 年の歴史を誇る国宝青井阿蘇神社へ。重厚感のある茅葺き屋根の社殿と目の前に広がる蓮池の青々しさは鮮やかで日本の伝統美そのものでした。それから涼を求めて着いた先、球泉銅[キュウセンドウ]は九州最大級の鍾乳洞です。洞内はまさに天然クーラー、涼しいを超えて寒い!地球が作り出した3億年の自然の神秘はファンタジーで地底探検は童心に返りました。5年前の豪雨災害から復興を遂げるこの地の力強さが全身に響きました。



数年前に主人が作ったレンガのピザ窯で手作りピザを焼きました。窯に火をつけた瞬間に消防車のサイレンが鳴り、ドキッとしましたが家の前を通り過ぎて行ったので安心しました。うちの子も一緒に生地に具材をのせるお手伝いをしてくれて、みんなで美味しく食べました。