

NEWS LETTER

2025 August.10

総会開催報告

第 22 回通常総会を 6 月 15 日 三鷹ウィッシュ・プロジェクトの事務所にて開催いたしました
第 1 号議案 2024 年度活動事業報告、第 2 号議案 2024 年度決算報告のそれぞれの審議が行われ、全員意義なく承認されました

また、2025 年度事業活動計画・2025 年度事業予算の報告を行いました
今年度も、法人の理念「ささえあう人の輪を広げ、ともに考え行動し、夢を実現させてゆく」を念頭に置き、誰もが生きやすい、心身ともにバリアフリーな社会を目指し地域貢献に努めてまいります



無理しない de ヨーガ～心と身体を大切にするひととき

6 月からゆうゆう井草館で開始された 協働事業「無理しない de ヨーガ」は、身体的・精神的な健康の向上を目指しています
形や動きの運動にこだわらず、今の心と呼吸を観察しながら、ご自分にいたわりをもって行います
マットに座位の姿勢ができない方は椅子を使います
今のご自分に敬意をもって可能性を感じてください



お問い合わせ・お申込み

ゆうゆう井草館

03-3390-9672



