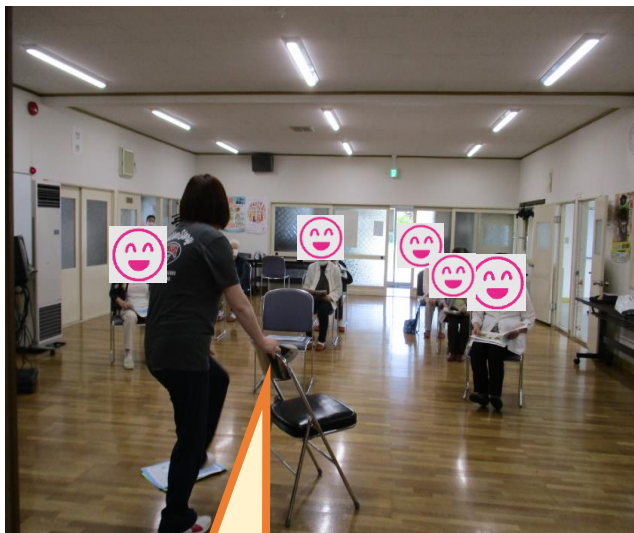




# 7月



今年度に入ってから  
初めて会いました  
久々の再会  
嬉しかったです



リラックス体操です  
反動をつけず  
ゆっくり  
動きますよ～

かんたん体操です  
立ってできる方は  
椅子の背もたれに  
つかまりながら  
やりましょう！



いままで  
もらった  
資料は全部  
取っておいて  
いるのよ!(^)!  
嬉しい言葉！

