

# R1 HOT NEWS

R1,5,11 NO.3

～新年度初&平成最後の自主事業～

4/27(土)・・・大人の体験活動

「ノルディックで健康ウォーク～春～」

4/28(日)・・・星のW☆RLD～春～



雨にも負けず  
風にも負けず  
寒さにも負けず



4月も平成も終わろうとしている  
4/27(土)は、みぞれ交じりのあいにくの天気。

それでもみなさん歩いた歩いた。

種差の風景、波の音、海の匂い、肌寒い海風、自然の家の食事。視覚・聴覚・臭覚・触覚・味覚。五感をフルに使うことこそが、一番の癒しであり、ストレス発散の薬ではないでしょうか。心が元気になることをレクリエーションと言います。ぜひみなさん、心を元気にレクシに来ませんか？

次回の「ノルディックで健康ウォーク～夏～」をお待ちしております。

※星のW☆RLDは写真撮影しておりませんので、掲載はございません。ご了承ください。