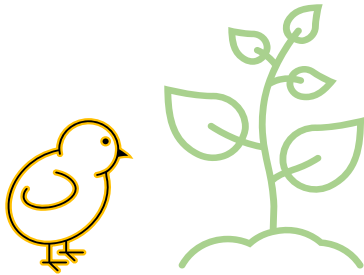


# Community EXPRESS



vol.119  
(2024.4.1)

発行: 指定管理者  
シンコースポーツ株式会社

## ♪ Iくん日記

皆さん、こんにちは！ I君です(\*^\*)よろしくお願いします。  
以前に少しお話したかもしれませんが、I君料理修行中でございます。  
そこで今日は、I君が最近作った料理をご紹介します！

**※ I君の料理は基本電子レンジで調理をしています！(\*'▽')**



ポテトサラダ



厚揚げの煮物

皆さんも、新年度何か新しいことにチャレンジしてみてはいかがでしょうか？  
新たな自分と出会えるかもしれません(\*´艸`)

## ★お知らせ

### ★自主事業教室(事前申込制)の追加募集のお知らせ!!

#### ●フロアレッスン

- エイジレスリセットボディ …… 3名
- フラダンス (経験者) …… 5名
- キッズダンス …… 4名
- 健康体操 …… 4名
- フラダンス (初心者) …… 5名
- ジュニアダンス …… 4名

#### ●プールレッスン

- 幼児水泳教室 (水曜) …… 6名
- 幼児水泳教室 (金曜) …… 5名

詳しくは、中央ccホームページを  
ご覧ください!(\*^-^\*)

## I♥Reading

タイトル【昨夜のカレー、明日のパン】

作者【木皿 泉】



### 【あらすじ】

7年前、25歳で亡くなった一樹。遺された嫁・テツコと同居する一樹の父・ギフと何気ない日常に広がる言葉が心を打つ連作長編作品です。