



ALBA 新聞 ～希望の夜明け～

NO.13 2021/06

梅雨の季節で雨だけでも大変ですが、
コロナの感染対策に注意しながら体調管理に気を付けて頑張りましょう。

みんなの Stay Home 事情～おうち時間を充実させよう～

私はステイホーム期間中、いつもと変わらずパソコンでインターネットなどをしていました。インターネットではCDの売り上げのランキングや、見たいと思ったものを見えています。私はYouTubeを見ないですが、動画を見たり、映画を鑑賞するのも面白いと思います。

(K・T)

私の韓国ドラマお勧めは「トッケビ」です。主演のコン・ユがとてもカッコいいラブロマンスで900年生きる鬼（トッケビ）とその命を終わらせる事ができる花嫁との物語です。

他には散歩をしています。朝の散歩で脳内物質セロトニンが活性化するので朝30分は歩くように努力しています。

(U・K)

羊毛フェルトとは羊毛を特殊な針を使ってつづくことで繊維を固め、好きな形の物を作ることができる手芸です。羊毛フェルトは失敗しづらく、簡単に作ることができるので初心者の方にもおすすめです！最近では100円ショップでも、羊毛フェルトを作るキットが販売されているので、気軽に始められるのも魅力です。

(T・Y)

それぞれのSNSでプログラムの様子を見ることが出来ます。
ぜひチェックしてみてください。7月号もお楽しみに！

