

サンサンサロンだより



10月号

秋ですね。朝・夕は肌寒く感じるようになりました。秋といえば、「味覚の秋」です、松茸・栗・梨など 美味しい物をたくさん食べて、深まりゆく寒さに負けないように体力をつけましょう。

足湯でポカポカ～



9月27日(木)



歓喜乃湯にて



生駒山の山並みを眺めながら
足元ポカポカ～気持ちイイ～!

チョット寄り道



岡田屋(平群)さんで
お茶を頂きました、
何と!ホットケーキの
サービス付きでした。

サンサン体操

毎週火曜日 10時より12時まで開催しています

参加者募集中!

脳に刺激をあたえて認知症の予防につなげましょう



どんな事しているの?

歌いながら・指の運動・上半身の体操など
頭の体操・しりとり・ビンゴゲーム・ちらしでパズル
シーツ玉入れ・じゃんけんゲーム等
笑いあふれる2時間です。

文化祭に参加します。

10月27日(土)28日(日)

サロンの利用者さんの力作が勢揃いです。見に来てくださいね、