



サンサンサロンだより



10月号

「暑さ寒さも彼岸まで」と言いますが、朝晩はすっかり涼しくなりました。さわやかな風が吹く中、どこからともなく聞こえてくる運動会の音楽。何年か前は、あの場所で子供達の様子を見ていたのかな～と思うと懐かしさでいっぱいです。季節の変わり目は体調に十分気をつけてくださいね。

外食しました & 馬見公園 9月26日(木)

ムッシューナカタ



季節の野菜を中心にしたお料理。美味しかった!



ハイ! チーズ
馬見公園にて



西大和のレストランにおじゃましました。前菜からデザートまで手間暇かけたお料理を頂きました。器も素敵でおしゃべりしながらゆつくりとした時間を過ごしました。その後、馬見公園へ。コスモスが美しく咲きほこっていました。ダリアはまだまだ蕾で残念でしたが、空気が澄み渡り気持ちよい時間でした。又いきましようね。

ワー! いいね

サンサン体操 毎週火曜日



只今 製作中!
パッチワークの
のれんに挑戦です

風船バレー 気分一新 楽しいゲーム

日常では下をむきがちな姿勢の方が上を見上げたり、落ちた風船を拾おうと動かれたり、短時間ですが運動量が多くなります。無理なく楽しみながらの自然な運動です。

手芸・サンサン体操

1日体験実施中 お気軽にお越し下さい
お問い合わせ サンサンハウス
☎ 0745-32-3535

文化祭

26日(土)
27日(日)
見に来てね。