

サンサンサロンだより

8月号

8月に入り、日差しもひととき強く照りつけ蒸し暑い日々です。熱中症にかかる方々も増えているようで、こまめに水分補給をするように心がけたいですね。



外食しました 7月18日(木)

ごちそうバイキング心暖



お刺身や煮物・酢の物・中華・サラダと種類が豊富で、「何食べようかな～」迷ってしまう程。デザートも充実してお腹一杯いただきました。

ごちそうさま



食後 ダイソー(西大和)に行きました。

それぞれ、帽子や手芸の小物などを見て回り、買い物を楽しみました。

サンサン体操 毎週火曜日 10時～12時

あかるく・あたまを使って・あきらめない

スリーA方式認知症予防ゲームの特徴は、思わず笑いが溢れるゲームです。笑いが笑いを誘い予防に繋がります。誰でもでき、皆さん一緒になって自然に大笑いをして喜んでいただいています。

まさに 脳活性化・笑う門には福きたる・転ばぬ先の杖 です。

1日体験実施中!

お気軽にお越し下さい。



休憩の合間に、幼少時代を思い出しながら、歌をうたいました。思い出話に花がさきます。

じゃんけんゲーム

相手をかえながら1対1のじゃんけんを繰り返します。最後まで残った人が優勝! 熱がはいると、声をはりあげて言うようになり横隔膜の運動になります。

いいね



★ペットボトルカバー



★ストラップ



★チューリップ