

# サンサンサロンだより

8月号



「暑いですねえ〜！」利用者さん達がサロンにいらつしゃると、最初に出る言葉です。高温注意情報と言う耳慣れない言葉を最近よくテレビなどで聞きますが、最高気温が35℃以上になることが予想されると発表されるそうです。熱中症への注意が必要になります。こまめな水分補給を心掛けたいと思います

## 外食&ビデオ鑑賞 7月24日(木)

### 道の駅 自然派レストラン hanana (はなな)



★新鮮野菜が美味しかったです

★買い物はたのしい!



今回は隣の平群町の道の駅に行きました。食事の前にお買い物。採れたての農作物は新鮮そのもの。利用者さん達も真剣に選んでいました。さすが主婦ですね。食事の後は、サロンに戻り、DVD鑑賞「アナと雪の女王」♪ありの〜ままで〜♪歌が流れると(アア〜!している!)テレビでよく流れているので皆さんご存知で、楽しく、鑑賞しました。



## サンサン体操 毎週火曜日 10時~12時



♪底をとって蓋にしよう。蓋をとって底にしよう



### お茶壺 (ルールの記憶の継続・手の運動)

左手で筒型に輪を作り、茶壺に見立てる。右手をパーにして左手の茶壺に上からかぶせる。蓋になった右手のパーをグーの下にすると茶壺の底になる。次は右手をグー左手パーで蓋にかぶせ、次は左手パーを底にあてる。これを歌いながら左右交互に繰り返す。間違えてもOK!自然に笑いがおこります。



できたよ!  
こなん



★サロンの看板完成



参加者募集!

サンサンサロン  
手芸・月・木 サンサン体操・火  
\*お問い合わせ  
NPO 法人 三郷サンサンハウス  
☎0745-32-3535