

サンサンサロンだより



今年もアッ！という間に半分過ぎました。もう7月です。暑い夏がやってきます。汗をかきながら「あつい・あつい〜」と連発する毎日が続きそうです。よく食べて、よく睡眠をとって体調をくずさないように気をつけたいですね。

なつかしバンド 6月4日(木)



久しぶりになつかしバンドのみなさんが、来てくれました。時間いっぱいまでリクエストをして、大きな声で歌い、楽しい時間をすごしました



行ってきたよ！ イオンビック & 岡田屋 6月11日(木)



*広くてつかれたわ~



*ホットケーキおいしい！

5月にオープンしたばかりのイオンビックにいきました。とにかく広い！みなさんそれぞれに買い物を楽しまれました。その後、岡田屋さんでティータイム。ブランド物のカップで頂くコーヒーは格別においしかったです。



サンサン体操 毎週 火曜日 10時~12時



転倒防止運動

高齢者が寝たきりになる原因に転倒があげられます。棒を使って、バランス感覚や反射神経・集中力を養います。



麻雀教室 毎週月曜日 10時~12時



手や指を動かし、脳のさまざまな部分を使うことで、**脳トシの効果絶大**です。男性・女性 どなたでも参加できます・初心者大歓迎 **無料体験実施中**です。

つなげよう
中継せよ

美松ヶ丘自治会館
6月21日(火)
1時30分~3時30分
間違っても笑いに变えて
楽しいゲームで脳トシに
つなげましょう

手作りいろいろ

*靴下の輪のはぎれで
わらじスリッパが完成



*牛乳パックをリメイク

お問い合わせ
NPO 三郷サンサンハウス
☎0745-32-3535

参加者募集中
お気軽にお越し下さい