

サンサンサロンだより

2月



長い冬もいよいよ終わりに近づいてきました。2月は、実際には1年の中で寒さが最もきびしく、雪も多い季節だそうです。しかし、暦の上では3日に節分、4日は、「立春」を迎えます。少しずつ訪れる「春」が待ち遠しいものです。

お茶会 1月7日(木)



今回は、自分でお茶を点ててみました。先生に指導して頂きましたが、茶筌の使い方がむずかしいです。利用者さんの中には、「若い頃にちょっとやったけど忘れたわ〜!」という方も。みなさんお上手でしたよ。



サンサン体操

毎週火曜日 10時～12時

第3火曜日(美松ヶ丘自治会館) 1時30分～3時30分



記憶の回復

「夢の旅行」をしましょう。夢ですから行きたい所に行きましょう。旅行に行って、お土産は何がいいでしょう。《例》沖縄県へいきましょう。お土産5個買ってきます。ちんすこう・黒糖・シークワサー・紅いもタルト・泡盛 等 お土産5個覚えてください。終了時に思い出してもらいます。「忘れた〜! 思い出さない」等と言いながら皆で考えて思い出します。

*ちょっとおしゃべり

麻雀サロン

毎週月曜日 10時～12時



「1週間が待ち遠しい!」と仰ってくださるKさん。4人揃うと、早速卓を囲み、「今日の調子はどうかな〜」 全体の流れを読むためには、頭を使う事は必要不可欠です。脳の活性化につながります。



手作りいろいろ

*六角形のマット



*ティッシュカバー

靴下の輪っかを使って 皆さん 夢中で色々な作品を作っています。



お問い合わせ

NPO 法人三郷サンサンハウス

☎0745-32-3535

