



サンサンサロンだより

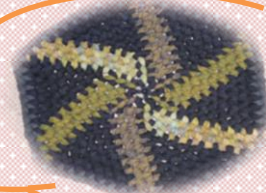


5月は、さわやかですごしやすい季節です。しかし、今年は、暖かくなったかと思うと、寒くなったり体調をくずしてしまった方もいらっしゃるのではないのでしょうか。これからじめじめとした梅雨に向かっていきますが、万全の体調で、乗りきりましょう。

今月のサロン



今月のサロンは、ボランティアさん達が、おやつのおはぎを作ってくれたり、甘酒を持ってきてくれ、みんなでおしゃべりしながらにぎやかなティータイムです。昼食にスシローのちらし寿司もいただきましたよ。



*靴下の輪っかのマット



*パッチワークの筆入れ

麻雀サロン

毎週月曜日 10時～12時



今日も皆さん楽しく卓をかこんでいます。アッ!という間に2時間過ぎます。「まだ時間あるよね。」と時間を気にする場面も。



きてね。

サンサン体操

毎週火曜日 10時～12時



脳の活性化には、指の運動が大事! 指の体操の後は、頭の体操です。しりとり・言葉集め・「むずかしい!」と考え込んでしまうと、みんなから助け舟がきます。お互いに協力しながら脳トレにはげんでいます。

美松ヶ丘自治会館 5月17日(火)
午後1時30分～3時30分

参加者募集

手芸・・・お喋りに花を咲かせながら、小物作りや買物など・・・楽しい時間を共有しています。

サンサン体操・・・簡単なゲームで脳の活性化につながります。笑いあふれるゲームですよ。

麻雀サロン・・・相手の出方を推理したり、手や指を動かすことで、脳トレにつながります。

お問い合わせ

NPO三郷サンサンハウス

☎0745-32-3535