



# サンサンサロンだより



10月号

秋ですね。朝・夕は肌寒く感じるようになりました。秋といえば、「味覚の秋」です、松茸・栗・梨など 美味しい物をたくさん食べて、深まりゆく寒さに負けないように体力をつめましょう。

足湯でポカポカ～



9月27日(木)

歓喜乃湯にて



生駒山の山並み眺めながら  
足元ポカポカ～気持ちイイ～！

チョット寄り道→



岡田屋(平群)さんで  
お茶を頂きました、  
何と！ホットケーキの  
サービス付きました。

サンサン体操

→ 毎週火曜日 10時より12時まで開催しています

参加者募集中！

脳に刺激をあたえて認知症の予防につなげましょう



どんな事しているの？

歌いながら・・指の運動・上半身の体操など  
頭の体操・・ しりとり・bingoゲーム・ちらしでパズル  
シーツ玉入れ・じゃんけんゲーム等  
笑いあふれる2時間です。



文化祭に参加します。

10月27日(土)28日(日)

サロンの利用者さんの力作が勢揃いです。 見にきてくださいね。