



# サンサンサロンだより

4月号



暖かな春の日差しがなによりうれしい季節になりました。春の花があちこちで咲き始め私達の目を楽しませてくれます。桜の花も満開！サロンでも早速花見にお出かけです。

## 外食&お買い物 3月20日（木）

### 井戸元（斑鳩）



バイキング料理をお腹一杯頂いた後、民博へ梅の花見に行く計画が、朝から雨…予定変更でダイソーお買い物をしました。消費税がアップする前だったので得した気分です。



I デザートもたっぷり食べました



**残念**

本当はこんなきれいな梅林を眺められたのに…

### サンサン体操



1～2～3～…ハイ!  
ドジョウ捕まえた～



—集中力と機敏性を養う—

左手で筒を作り、池に見立て、左膝に置く。右手人差し指を伸ばし、これをドジョウとみなします。隣の人の池に入り、人差し指のドジョウさんが泳ぎます。皆で数を数えますが、途中で「ハイ!」といったらドジョウは逃げて、池はドジョウを捕まえます。同時にする事はむずかしいですが、成功しても失敗しても大爆笑です

いちご大福作り



おいしい！



サンサンサロン

手芸・月・木 10時～3時  
サンサン体操・火 10時～12時  
場所・美松ヶ丘  
お問い合わせ  
NPO法人三郷サンサンハウス  
☎ 0745-32-3535



お気軽にお電話ください。