



サンサンサロンだより



6月号

紫陽花が咲き誇る季節になりました。もうすぐ梅雨入りですね。じめじめとした季節を乗り越えると暑い夏がやってきます。熱中症にも気をつけなければいけません。家の中にいても室温や湿度が高い為に熱中症になる事もあるので、水分補給をこまめにすることが必要ですね。

い
まほろばキッチン

まほろばキッチン

5月21日(木)



*バイキング料理

旬の野菜料理が並び、たっぷり
食べました。



*買い物

野菜・果物・花など地場産
の新鮮な商品がズラリと並
びます



*たくさん買い物したわ～！
たのしかった～！

麻雀教室

毎週月曜日 10時～12時



参加者募集中！

男性・女性・初心者大歓迎です。
一緒にはじめませんか。

手は使うし、頭は使うし、コミュニケーションされる。介護予防に最適です。

手作りいろいろ



サンサン体操

毎週 火曜日 10時～12時



*広告パズル

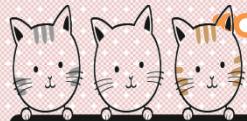
裏面が白色のちらし（パチンコの広告が多い）
を使い奇数（9枚・11枚）にやぶります。
そしてそれを元に戻します。

挑戦してね。



*お問い合わせ

NPO 三郷サンサンハウス
☎0745-32-3535



参加してね。

サンサン体操

美松ヶ丘自治会館

6月16日(火)

午後1時～3時30分

参加料 100円

送迎あります。(希望者のみ)