



サンサンサロンだより



今年もアッ！と言う間に半分過ぎました。もう7月です。暑い夏がやってきます。

汗をかきながら「あつい・あつい～」と連発する毎日が続きそうです。よく食べて、よく睡眠をとて体調をくずさないように気をつけたいですね。

なつかしバンド 6月4日 (木)



久しぶりになつかしバンドのみなさんが、来てくれました。時間いっぱいまでリクエストをして、大きな声で歌い、楽しい時間を過ごしました



行ってきたよ！イオンピック & 岡田屋 6月11日 (木)



*広くてつかれたわ～

*ホットケーキおいしい！

5月にオープンしたばかりのイオンピックにいきました。とにかく広い！みなさんそれぞれに買い物を楽しまれました。その後、岡田屋さんでティータイム。ブランド物のカップで頂くコーヒーは格別においしかったです。



サンサン体操 毎週 火曜日 10時～12時



転倒防止運動

高齢者が寝たきりになる原因に転倒があげられます。棒を使って、バランス感覚や反射神経・集中力を養います。

こち
でも開催
中

美松ヶ丘自治会館

6月21日 (火)

1時30分～3時30分

間違っても笑いに変えて
楽しいゲームで脳トレに
つなげましょう

手作りいろいろ

*靴下の輪のはぎれで
わらじスリッパが完成

麻雀教室 毎週月曜日 10時～12時



手や指を動かし、脳のさまざまな部分を使うことで、**脳トレの効果絶大**です。
男性・女性 どなたでも参加できます・初心者大歓迎
無料体験実施中です。



*牛乳パックをリメイク

お問い合わせ

NPO三郷サンサンハウス

☎ 0745-32-3535

参加者募集中

お気軽にお越し下さい