



# サンサンサロンだより



連日の猛暑です。まだ梅雨明けもしていないのに、この暑さ。今年は、平年以上に気温が高いと予想されているようで、熱中症対策が必要です。水分を充分とり、この猛暑を乗り越えましょう。

## チョットお出かけ

**奏家** (河合町) 6月9日(木)



イオン西大和店をチョット行った所に奏家さんはありました。メインの料理は3種類の中から選べる事が出来ました。旬の野菜をたっぷり使い、舌づみをしながら、のんびりとランチをいただきました。器も素敵でした。その後は、イオンショッピング久しぶりの外出を楽しみました。

## サンサン体操

毎週火曜日 10時~12時



むずかしいわ~

- ★ 指先の運動 指への刺激が大事!!
- ★ 指は、脳に直結しています。脳をもっと活性化する
- ★ ために指の体操からはじめます。簡単そうにみえますが、むずかしいです。でも間違っても大丈夫! 指を動かす事に意味があります。

美松ヶ丘自治会館でも、7月19日(火)午後1:30より開催します

## 麻雀サロン

毎週月曜日 10時~12時



これはどうかな?



## サンサン祭り

6月12日(日)



今日も脳トレに励んでいます。

Aさんは、ほしい牌がくると、ニコ!と微笑む。Bさんは、これでいいのか不安になると、みんなの様子を伺う。等、それぞれに全体の流れを見ながら、楽しんでいます。

サロンは、手作りの小物・バックなど販売させていただきました。お陰様でたくさんの方々に来て頂き、ありがとうございました。