



# サンサンサロンだより



朝夕の寒気が身にしみる時節になりました。サロンの皆さんも、「朝寒かったから1枚多く服きてきたわ～」「インフルエンザの注射打たなあかんな～」なんて言いながらにぎやかに始まります。文化祭も終わりホッ！としている所です。

## 久しぶりの外食

カフェファミリーツリー 10月5日（木）



久しぶりの外食です。くつろぎ感タップリの古民家  
カフェで、黒米入りのご飯やキッシュなど、普段食べ  
ないメニューに舌鼓を打ち、美味しくいただきまし  
坂道は危ないな～  
仲良く手をつないで・



## なつかしバンド

10月12日（木）



定期的に来訪してくださる「なつかしバンド」の皆さんと大きな声で歌いました。虫の声・赤とんぼなど秋の歌を歌った後は、リクエストタイム。シクラメンの香り・南国土佐を後にしてや「ひょっこ」のテーマソングも出ましたよ。アッ！と言う間に時間がすぎました。次回を楽しみにしています。

## サンサン体操



## 麻雀サロン

毎週火曜日 10時～12時



新しい仲間も増え、益々にぎやかになりました。かるたを使い、言葉集めをしました。

毎週月曜日 10時～12時



加齢により衰えやすい部位が、麻雀をする事で活性化につながります。頭を使い手先を動かせて、そして、時々口も動かせて、おしゃべりしたりマイペースで楽しんでいます。



## 文化祭に参加しました。



10月28日29日に開催された文化祭。2日間雨に見舞われましたが、たくさんの方々に見て頂きました。