

“さわやかサロン開催のご案内”

今年もあと10日余りとなり路面も滑りやすくなり、転んだら一大事の季節を向かえました。コロナに加えインフルエンザも流行っているようです。

サロンでは毎月3回の親睦の集いを持っています。

令和8年もゲームや合唱、脳トレ、体操、むかし遊び、ヨガ、モルック、おしゃべり等など楽しんでいきたいと思っています。

是非、参加されておしゃべりしたり、笑ったり、体を動かしたりませんか！！

1月は、下記の要領で開催しますので、多くの方の参加をお待ちしています。

記

1 対象 新さっぽろ町内会会員 高齢者（60歳以上）

2 1月の予定

1) サロン体操 昔あそび 今年一番の運だめし など

日 時 17日（土）10時～12時

場 所 厚別老人福祉センター 教養室

2) 楽々ヨガ、こども盆踊り など

日 時 18日（日）13時～15時

（午前は、町内会行事；正月あそび）

場 所 厚別老人福祉センター大広間

参加費 100円、バスタオル持参

3) モルック

日 時 25日（日）10時～12時

場 所 厚別老人福祉センター大広間

* 2月は15日モルック、22日ヨガに変更

* マスク着用お願いします。



(皆さんの馬の作品)