

ほっとサロン大浦一丁目 通信 91

6月8日（土）芒種

今日は心地の良い風が肌をなでる中、ラジオ体操・ウォーキングをしました。
（後ろ向きウォーキングも楽しみました♪）



室内では、タオルを使ってのストレッチやサランラップの芯を使ってコロコロ転がし足裏マッサージをしました。（気持ち良かったです😊）
最後に“脳トレ”文字の並び替えゲームと都道府県クイズで大変賑わい、楽しく脳のトレーニングができましたよ♪♪♪



遊びに来ませんか、たのしい仲間づくりの場を目指しています。
初めての方大歓迎です。

次回は、7月13日・27日（土）10時～ 大浦東公園年長者憩いの家です。

感染予防のため、換気対策を実施しています。

当日は、マスク・飲み物持参をお願いします。

ふれあいネットワーク 福祉協力員