

# ほっとサロン大浦一丁目 通信 107

1月10日（土）小寒

令和8年、一年の始まりです。この時季、一番寒さが厳しくなる頃と言われているそうです。年末、年始はとても冷え込みましたが、今日は晴れ。皆さん、お元気にこやかにご参加、大変うれしく思いました。

公園では、後日に行われる無病息災を願う“どんど焼き”の準備が出来ていました。

まずは、ラジオ体操から。脳トレ・ストレッチ体操では、寒さで固まった体もほぐれてポカポカです。



今年もおめでたい初舞をご披露してくださいました。「感謝です😊」

これも新年恒例「坊主めぐり」で楽しみ、お茶タイムでは会話ははずんで、笑顔もあふれて、“福来たる”です。今年も楽しめたと思います。



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、2月14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