

ほっとサロン大浦一丁目 通信 109

3月14日（土）啓蟄

この日は、陽射しはあるものの気温が低く、室内でラジオ体操をして、身体をほぐしました。《花壇の花は元気いっぱい咲いていましたよ♪♪♪》



今日は、明治安田生命の方に来ていただき、骨密度や血管年齢を測定・・・
「年相応♪」「少し若い!」「え～本当?」など結果に様々な反応がありました。
お茶の時間には、クッキーを食べながら健康の話で盛り上がりました。😊



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、4月11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・飲み物持参でお願いします。

ふれあいネットワーク 福祉協力員