

“さわやかサロン開催のご案内”

この冬札幌では20数年ぶりという大雪で驚きましたが、この頃の日差しに春の訪れの近いことが感じられます。

皆様は恙なく冬をおすごしになられたことと思います。

さわやかサロンでは体操をしたり、歌ったり、ゲームをしたり、親しくおしゃべりしたり、笑いあったり楽しく過ごす時間を月に3回持っています。

沢山の皆さんの参加をお待ちしています。

3月は、下記の要領で開催します。

記

* 対象 新さっぽろ町内会会員 高齢者（60歳以上）

1) サロン体操 愛唱歌 ひな祭

今月の運だめし 令和8年度の年間計画を立てるなど

日時 3月7日（土）10時～12時 ゲームスタート時の配置です。

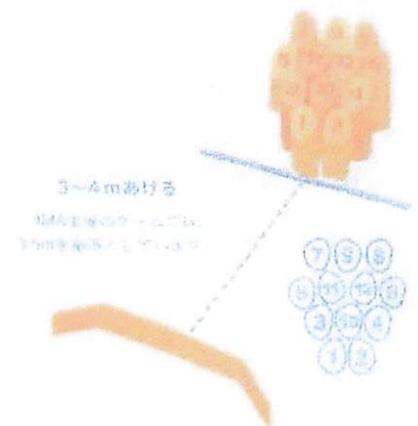
厚別老人福祉センター 教養室

2) モルック（フィンランドのゲーム）

日時 3月15日（日）10時～12時

厚別老人福祉センター大広間

簡単で楽しいゲームです



3) 楽々ヨガ、おしゃべり バスタオル持参（ヨガで使う）

日時 3月22日（日）10時～12時

厚別老人福祉センター大広間

参加費 100円

*マスクの着用をお願いいたします。

問合せ先 樋田（894-5126）