

あったかふれあいセンターさが便り NO.66 10月号

皆さんお元気にお過ごしですか?朝夕だいぶ涼しくなり、少し秋を感じられるようになりましたね。スポーツと芸術の秋、あったかでは琴の演奏会を企画しています。体操教室や作業療法士の先生の講話もあります。皆さん、お誘いあわせのうえ、是非お越しください。

★あったかミニ運動会★

9/20、スポーツの秋!ということで、いつもの体操教室とはすこし趣向をかえて、ミニ運動会を開催! けん玉やピンポン玉を使った簡単なレクリエーションやクイズ等、誰でもできる競技で盛り上がりました😊



わしにも、くれるんか!うれしいの~♪

お出かけ広場の子ども達から、敬老の日のプレゼントにしおりをいただきました♪



手形・足形や指で花やはらぺこ青虫を描いたかわいいしおり😊



かわいいプレゼント、ありがとね!

10月25日(水)のあったかカフェは、終日お休みです。8月30日(水)は午前中お休みで、13時~です。



★健康講話のススメ★

10月4日(水)には口腔ケアについて、10月17日(火)には作業療法士の先生に来ていただき、運動や身体に関するお話をしていただきます。この機会に、自身の健康について改めて考え、自己免疫力アップに取り組みましょう。