

いきいき和加波サロン 第6号 だより

発行/編集
荒牟田いきいき和加波
サロン世話人会
平成 23年 6月 15日

第 6 回 『いきいき和加波サロン』 開講 5 月 19 日 (木)

今回は3月の視察研修で筑後市蔵数のサロンが行っていた「タオル体操」を一緒に実施しました。タオル1本がこんなにも有効に活用できるなんてみんなで驚きです。体をほぐした後は、はぎれと大豆でお手玉を作りました。『昔とった杵柄』といいますが、男性も女性もみなさん上手に作られていました。



タオル体操でしっかり体をほぐしました。



男性も女性も協力して昔ながらのお手玉ができました。

第 7 回 『いきいき和加波サロン』は

平成 23 年 7 月 19 日 (火) に開催いたします！

次回のサロンからまた火曜日になります。60歳以上の方ならどなたでも参加できます。みなさんで誘い合って是非ご参加下さい。友達の輪を広げて、心も体も楽しく生きましょう。

1. 時 間 11:30 ~ 15:00
2. 場 所 荒牟田コミュニティーセンター
3. 内 容 脳トレ、ストレッチ、荒牟田和加波音頭など
4. 参加費 300円
5. 連絡先 090-3606-5389 (猪口正則)
090-8764-8275 (公民館館長)

※ 第5号和加波サロンで、大莞保育園園長名を“高木園長”としていましたが、“塚本園長”の間違いでした。訂正をしてお詫びいたします。