

シニア向け サロン

楽しく年を重ねるために

ティーラウンジ

こぐま保育園ではシニア世代が集まって交流する場を設けています。
どなたでもおいでください。参加者で相談して内容を決めています。
ご要望をお寄せください。

参加費 100円

予約してご参加ください。
こぐま保育園 担当 木下

2025年6月
こぐま保育園
こそだて・
福祉センター
TEL 042-
375-4677

おしゃべりしながらみんなで楽しみましょう。

9月20日(土) 14:00~16:00

手作り会 子どもたちにプレゼント
ままごとに使う フェルト棒とシュシュ

10月25日(土) 14:00~16:00

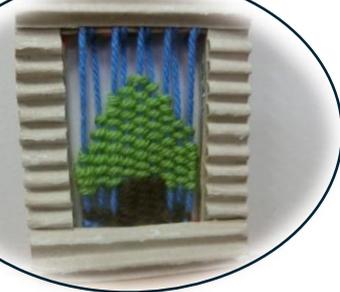
芋まんじゅう作り 持ち物:エプロン 三角巾

11月22日(土) 14:00~16:00

ミニミニ壁掛け

毛糸で織物のようにして作ります。

持ち物:あれば使いたい色の毛糸



12月20日(土) 14:00~16:00

しめ飾りづくり お正月の輪飾りをつくりましょう。

リラクゼーション体操 またやりたいね。
5月24日に久々に川村先生をお招きして行いました。先生から「シニア世代は体を大きく動かさず、肩幅で動かしたり指を動かすことでインナーマッスルを鍛えましょう」と助言をいただきました。

