

# 令和5年度後期案内 3密を避け、事前申し込み・ マスク着用で「サロン誠和」を楽しみましょう！

場 所： 老人ホーム誠和荘（天白区植田山二丁目101番地）

【かぜ症状の方や37度以上の熱のある方は参加をご遠慮してください。】

※サロン誠和の事前申し込みは、毎回、開催月の2日（午前10時～午後5時まで。9・12・3月は4日）から前日まで（土日祝祭日は除く。）にお電話で 老人ホーム誠和荘へお申し込み下さい。（先着順）

※新型コロナウイルス感染症の流行により中止・変更がありますので、開催日の前日までに事前確認をお願いいたします。

＜問い合わせ・申し込み先 老人ホーム誠和荘 Tel 781-2859 >

## サロン 壺 “民踊”（地域定員5人程度）

楽しく体を動かして民踊を楽しみます。「おどり」と構えずに気楽に参加できます。

開催月日 後期 計5回 \*指導者 とよみすみ 豊味澄会 ゆき 由岐 とよみはる 豊味陽 先生

10月24日（火）・12月26日（火）・1月23日（火）  
2月27日（火）・3月26日（火）

時間 午後1時30分～3時頃（喫茶タイムも含む）・費用：100円（喫茶代）

その他 ・普段着でご参加下さい。また、室内用の履物をご持参下さい。

## サロン 式 “バラエティサロン”（地域定員5人程度）

人気のイスに座ってする風船バレーやお菓子作り等をみなさんで楽しめます。

開催月日 後期 計3回

11月21日（火）風船バレー・12月12日（木）お楽しみレク  
3月12日（火）風船バレー

開催時間 午後1時30分～3時頃（喫茶タイムも含む）・費用：100円（喫茶代）

その他 ・普段着でご参加下さい。お菓子作りの時はエプロンを、風船バレーの時は、室内用の履物をご持参下さい。

## サロン 参 “健康体操”（地域定員10人程度）

イスに座っての健康体操など体操を楽しみます。昨年より後期1回増やしました。天白保健センターの保健師さんも参加します。

開催月日 下期5回 \*指導者 健康運動指導士 丸山 治美 先生

10月19日（木）・11月30日（木）・12月21日（水）  
1月18日（木） 3月21日（木）

開催時間 午後1時30分～3時頃、費用：100円（喫茶代）

その他 ・運動しやすい服装でご参加下さい。また室内用の履物をご持参下さい。