

# 宿ふれあいサロン



|     |             |     |     |
|-----|-------------|-----|-----|
| 頻 度 | 2ヶ月に1回      | 曜 日 | 土曜日 |
| 時 間 | 10:00～14:00 | 人 数 | 35人 |

## <アピールポイント>

宿にお住まいの高齢者のみなさんが、自分のことは自分で出来る身体をつくり、日々楽しく暮らせるようにという思いを込めて、平成26年4月からサロンをスタート！

懐かしい歌をみんなで唄い、脳活や認知症予防で頭の体操、手足の運動など、大きな声で唄って、笑って、おしゃべりして…みんなで楽しんでいます。