

# な ん ご



## 12 月 度 しおさい サロン



♪メリークリスマス♪  
サンタがやってくる



### 12月14日(土)

午後 1:30 ~ 3:30



老人憩の家 しおさい南湖 (しおさい南湖企画)

🎁 12月度は、次の内容でおこないます 🎁



健康体操

茅ヶ崎体操で持久向上を  
体力の後退を抑えよう



一年のお楽しみ

クリスマスプレゼントは  
抽選会のお楽しみ



歌声サロン

クリスマスソングで楽しもう



健康チェック

血圧測定、健康相談



60歳以上の方、気軽にご参加ください  
体調が不安な方は参加をご遠慮ください

