

逗子一丁目かっぱサロン ⑤

①サロンのPR

【動く時間】今後も楽しく生活するために必要な筋力や柔軟性を維持する運動をしています。

【静かな時間】塗り絵・工作・ゲームなど頭や手先を使います。

この2つをバランスよく取り入れ、身体も頭もすべてを使って楽しい時間を過ごすことができます。

②コロナ禍での活動内容

中国茶接待・防災食体験など。

飲食が主となるものは控えているが、内容に大きな変更はない。

③コロナ禍での運営上の工夫

換気・手指消毒などは十分気を付けている。

④参加者人数:約5名

★他サロンに聞きたいこと
参加者を増やしたいが、
どのように集客しているのか。

開催日時:毎月第2日曜日(1月は休み)
9:45~11:45
開催場所:コミュニティスペースずしぎんざ
参加費:300円

来月の塗り絵カレンダー
今回はカーネーション



バラエティ豊かな
プログラムが
魅力的です。

腕を大きく上に～



お尻の筋肉も大事



体操で身体をスッキリさせよう

