



芙蓉の会だより

第 41 号

平成 29 年 4 月 18 日発行

代表 堀越 良子

～介護予防は生きがづくりから～

皆さまは今年の桜を楽しみましたか？これからの季節は暖かくなり、いろいろな花も咲くので散歩も楽しみですね。外歩きの時間をなるべく多く持って、体力維持、増進に努めましょう。

皆さまがこの先もできるだけ多くの年月、桜を見られますように！心と身体の健康に気をつけ、楽しくすごしていきましょう。



2月21日 おひな様作り



指体操で指を使う準備をして、おひな様を折りました。折ったおひな様を台紙に貼り、型抜きのお花を散らして完成です。色とりどりのお花がきれいでした。



会の締めはみんなで歌いましょう



3月21日 思いだし



いつもの指体操の後は思いだし！昨日とおとといの朝、昼、晩に何を食べたか書いてみました。意外に思い出すのは大変でした。皆さん一生懸命思い出していました。

その後は昭和 20 年から 30 年代の芸能ニュースからのクイズ。



タオルのワンちゃんもおひな様衣装に着替え

頭を使った後はじゃんけんゲームで楽しく遊びました。あちこちで笑い声が。あっち向いてホイ！は初めてのカタも。



今後の予定

- 5月16日 タワーホール 403
- 6月20日 タワーホール 403
- 7月18日 タワーホール 403
- 8月は夏休みです
- 9月19日 タワーホール 403
- 毎月 第3火曜日 13時～15時
- 会費 300円 (材料費は別途)

18歳と81歳の違い

- ◇ 道路を暴走するのが18歳、逆走するのが81歳
 - ◇ 偏差値が気になるのが18歳、血糖値が気になるのが81歳
 - ◇ 恋におぼれるのが18歳、風呂で溺れるのが81歳
 - ◇ まだ何も知らないのが18歳、もう何も覚えていないのが81歳
 - ◇ 東京オリンピックに出たいと思うのが18歳、東京オリンピックまで生きて思うのが81歳
 - ◇ 自分探しの旅をしているのが18歳、出かけたまま分からなくなって、皆が探しているのが81歳
- (「笑点」のお題へのRohoさんのTwitterでの投稿より抜粋)