

## シニア交流サロン「すこやか」イベント案内 2018年10月号

シニア交流サロン「すこやか」10月行事プログラム (施設の都合により下記日程は変更する場合があります。)						
日	月	火	水	木	金	土
	1 フラダンス教室	2 健康マーじゃん教室 麻雀放課後クラブ	3	4 ハーモニカ練習 (13:30-15:00 大)	5 健康マーじゃん教室 麻雀放課後クラブ	6
7	8 (体育の日)	9 ハーモニカ初心 (10:30-12:00 小) ハーモニカ教室 川柳教室&チョイ呑み会	10 子育てママのお喋りサロン	11 ハーモニカ新人 (10:30-12:00 小)	12	13
14	15 ハーモニカ練習 (10:00-12:00 大) フラダンス教室 *ハーモニカ出前 星が丘デイケアS	16 健康マーじゃん教室 麻雀放課後クラブ	17 うたごえサロン (小栗先生による 季節の童謡・唱歌・ポプス)	18 ハーモニカ新人 (13:30-15:00 小)	19 健康マーじゃん教室 麻雀放課後クラブ	20
21	22 ハーモニカ練習 (13:30-15:00 大)	23 ハーモニカ初心 (10:30-12:00 小) *認知症予防「ほっとカフェ」	24	25	26 15:00-17:00 うたごえサロン (藤沢先生による懐メロと歴史講座)	27
28	29 ハーモニカ出前 *南橋本、老健施設「イリーゼ」	30 ハーモニカ教室 川柳教室&チョイ呑み会	31			
<b>【カルチャー教室：開催時間&amp;利用料金】</b> 健康マーじゃん教室：10:00-12:00 ¥1,000-、フラダンス教室 13:00-15:00 ¥1,000-、ハーモニカ教室：13:30-15:00 ¥500- (初心者・新人 10:30-12:00)、川柳教室：15:30-17:00 ¥500-、ウクレレ教室：13:00-15:00 ¥1,500-、うたごえサロン：13:30-16:00 ¥1,000-、カルチャー教室&お喋りサロン ¥300-						
<b>【ハーモニカ出前サービス】</b> 10/15 (月)：市立星が丘デイケアサービス、10/29 (月) 南橋本「老健施設 “イリーゼ”」						

シニア交流サロン「すこやか」(2018・9・29 作成)

〒252-0216 相模原市中央区清新 8-2-7 (三世代交流センター内)

E-mail: [sukoyaka.plan@jcom.home.ne.jp](mailto:sukoyaka.plan@jcom.home.ne.jp) ☎ 080-1051-8375 (阿部携帯)

## 駄洒落「川柳教室」2018年9月11日の作品

かねのう 金農に 勝った桐蔭 影薄く	ラルゴ上山
倍返し 妻の愚痴グチ 胃潰瘍	宇野四苦八苦
過信より 臆病勝(まさ)り 長寿には	阿部珍竹林
お婆ちゃん 動作遅いが 良く喋り	かとちゃん
情けなや 追い越されてる 老いの足	清水呆気樂觀
水浸し 何処もかしこも みなモグラ	松井写楽生
妻看取り 気楽なはずが 鬱 <sup>うつ</sup> になる	大成功世古
顔認証 薄化粧で ドア開かず	宇野四苦八苦
茄子漬けに 茄子の味噌汁 茄子炒め	清水呆気樂觀
独り者 食事に困り 嫁とりを	大成功世古
「二百十日」 台風多くて 死後となり	ラルゴ上山
お気楽に 食べ物酒は 備蓄あり	松井写楽生
ゴミ出しで 朝合う主婦に 目を逸らし	かとちゃん
不整脈 付き合い始めて アラフォーに	阿部珍竹林

### もっと身近に考えよう「終活セミナー」を！

日時：平成30年11月25日(日) 13:30-16:00 場所：当サロン

コーディネーター：行政書士・重本寿美重先生

「人生の終い方」と言う言葉はネガティブに聞こえますが、実はこの問題を日常生活の中で捉えて考えてみる事は、むしろ残されたシニアライフをもっと有意義なものとして楽しく過ごせる事となります。気にしながら「断捨離」に手が付けられないのと同じように、どうしても後回しにされてしまうのがエンディングプランです。あなたも早めに行動の取っ掛かりを付けて参加してみませんか？ 歓談スタイルで和やかに進めております。

\*セミナー終了後は恒例の「チョイ呑み会」を希望者のみで実費開催しております。

### 第97回“ピンコロ会(サロン恒例呑み会)”のお知らせ

日時：平成30年10月26日(金) 16:30-18:30

場所：居酒屋「天城」☎042-855-5959、駅前通り元ダイエー裏千代田セシモ二一横。

会費：料理・呑み放題付き ¥3,000- (女性特価¥2,000-)

参加申込：準備の都合上 10/23 までにお申し込み下さい。