

「シニアふれあいサロンin西門」通信2013年9月号

8月は猛暑と長引く前線停滞による「予測できない降雨量」による被害、更には桜島の大噴火と続き、今月は「防災」を考え備える月です。南海トラフの大地震、富士山噴火の予兆など、悪い事を上げれば切りの無い不安な世情です。自然災害に加えて「人災」も合わせながら自己防衛に備えましょう！

「手作りアクセサリ」のワークショップが始まります！（講師：高松幸子さん）



日時：9月4日（水）10:00～12:00

特長：本物の花びらで作るアクセサリ（押し花を「UVレジン」透明樹脂コーティング加工しアクセサリにする。）

場所と料金：当サロンにて。一品¥1,000-

9月の「うたごえサロン」

日時（時間：13:30～16:00）	内 容
9月13日（第2金曜歌声）	“季節の歌声”と“笑いヨガ”（ピアノ：高橋由香子）
9月27日（第4金曜歌声）	“懐メロ”と“ボケ予防の話”（アコーディオン：藤澤賢二）
“笑いヨガ” 講師：紀平香奈子（鍼灸師）、“ボケ予防の話” 講師：沢田江里子（看護師）	

9月の「カルチャー教室」

日 時	内 容
9月2日（月）13:30～15:00	「フラダンス教室」
9月3日（火）10:00～12:00	佐野肇さんの「健康マージャン教室」
9月3日（火）14:00～16:00	駄洒落「川柳教室」・・・少し趣向を変えて再出発
9月4日（水）10:00～12:00	新設！高松幸子さんの「手作りアクセサリ教室」
9月6日（金）10:00～12:00	佐野肇さんの「健康マージャン教室」
9月9日（月）10:00～11:30	藤澤賢二さんの「ウクレレ教室（D）」
9月9日（月）13:30～16:00	松井守さんの「絵筆教室」（あすなろ会）
9月10日（火）10:30～13:00	中津海亮子さんの「シニア健康料理教室」（内容サロン迄）
9月12日（木）10:00～15:00	藤澤賢二さんの「ウクレレ教室（A）（B）（C）&ギター教室」
9月13日（金）10:00～12:00	佐野肇さんの「健康マージャン教室」
9月17日（火）10:00～12:00	佐野肇さんの「健康マージャン教室」
9月17日（火）14:00～16:00	駄洒落「川柳教室」
9月20日（金）10:00～12:00	佐野肇さんの「健康マージャン教室」
9月20日（金）13:30～16:00	「健康マージャン教室」放課後クラブ
9月26日（木）10:00～15:00	藤澤賢二さんの「ウクレレ教室（A）（B）（C）&ギター教室」
9月27日（金）10:00～12:00	佐野肇さんの「健康マージャン教室」
9月30日（月）10:00～12:00	藤澤賢二さんの「ウクレレ教室（D）」
9月30日（月）13:30～16:00	松井守さんの「絵筆教室」（あすなろ会）

サロン9月の「行事カレンダー」

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	健康マーシャン教室 フラダンス教室	健康マーシャン教室 駄洒落「川柳教室」	アクセサリー教室		健康マーシャン教室	
8	9	10	11	12	13	14
	ウクレレ教室 (D) 絵筆教室 (あすなろ)	健康料理教室と “昼食会”	お一人様の「おしゃべりサロン」と昼食会	ウクレレ教室(A) (B)(C) & ギター	健康マーシャン教室 うたごえサロン (笑いヨガ)	
15	16	17	18	19	20	21
	(敬老の日)	健康マーシャン教室 駄洒落「川柳教室」		ウクレレ自主練習日	健康マーシャン教室 麻雀・放課後クラブ	
22	23	24	25	26	27	28
	(秋分の日)	フラダンス自主練習日	お一人様の「おしゃべりサロン」と昼食会	ウクレレ教室(A) (B)(C) & ギター	健康マーシャン教室 うたごえサロン (ポケ予防の話)	
29	30				9/27 (金) の夜は 「ピンコロ会」	
歌 声	ウクレレ教室 (D) 絵筆教室 (あすなろ)					

第10回「シニアうたごえinさがみはら西門」のお知らせ・・・参加者募集中です！

*定員 100 名で締切ります。お早目にお申込み下さい！（申込は当サロンまで電話で）

日時：9月29日（日）13:00～16:00 場所：相模原西門商店街「西門プラザ」3F

内容：10 回記念イベントとして「笑いヨガ」の実演、元気なシニアの「ウクレレ演奏&フラダンス」を披露、その後地元音楽愛好家の指導で“童謡・唱歌・ポップスから懐メロ”を皆様と共に合唱で楽しめます。 会費：歌集・ドリンク付で¥1,500-

当サロン「ウクレレ&フラダンス」チームの発表会、好評を頂きました！

7 月 18 日（木）“夏はやっぱりハワイアン、一緒に楽しみましょう！”をテーマに橋本の「サンエールさがみはら」で開催、初めての試みでしたが当日猛暑にも関わらず 140 名の方々に御越し頂き、盛会のうちに終了しました。当日のご協力者に感謝致します。



第39回「ピンコロ会」(当サロン飲み会)のご案内

日時：9月27日（金）17:30～20:00 場所：矢部1丁目、割烹「あき」☎759-1428

会費：¥2,500-（飲み放題・歌い放題・ドリンク持込み歓迎） 申込：サロン佐野まで。

「シニアふれあいサロン in 西門」 E-mail: sukoyaka.plan@jcom.home.ne.jp

〒252-0231 相模原市中央区相模原 6-19-15 電話・FAX 042-810-6172

（緊急連絡先：阿部携帯 080-1051-8375）