

「シニアふれあいサロンin西門」通信2014年1月新年号

謹賀新年！ 本年が皆様にとって輝かしい「セカンドライフ」の実現と、健康に恵まれた年となりますようお祈り申し上げます。（サロン代表：阿部）

12/18(水) 今年も盛大に、サロン「Xマスパーティー」を開催しました。



*「笑いヨガ」から始まり、各自持ち味の「かくし芸？」披露、総勢 34 名で賑やかでした。

12/22(日) ふれあいサロン「第一回「サンデーリマ」」開催!



*事前のPR 不足ながらも約 40 名の来客がありました。今後は偶数月の第三日曜を予定。

サロン2014年1月「行事カレンダー」

	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6 フラダンス自主練	7 健康マージャン教室 絵筆教室(あすなろ)	8 お喋り&昼食会	9 ウクレレ教室(A~D) ギター教室	10 健康マージャン教室 うたごえサロン (健康講座)	11
12	13	14 シニア料理健康教室 駄洒落「川柳教室」 チョイ呑み会	15 押し花「アクセサリー教室」	16 ウクレレ自主練習日	17 健康マージャン教室 麻雀放課後クラブ	18
19	20 フラダンス自主練	21 健康マージャン教室	22 お喋り&昼食会	23 ウクレレ教室(A~D) ギター教室	24 健康マージャン教室 うたごえサロン (笑いヨガ)	25
26	27 絵筆教室(あすなろ)	28 駄洒落「川柳教室」 チョイ呑み会	29	30 ウクレレ自主練習日	31 健康マージャン教室	

2014年1月の「うたごえサロン」「カルチャー教室」予定表

日 時	内 容
1月6日(月) 13:30~16:00	グループ自主研究「フラダンス教室」
1月7日(火) 10:00~12:00	佐野肇さんの「健康マージャン教室」
1月7日(火) 13:00~16:00	松井守さんの「絵筆教室」(あすなる会)
1月9日(木) 10:00~15:00	藤澤賢二さんの「ウクレレ教室」(A~D) & 「ギター教室」
1月10日(金) 10:00~12:00	佐野肇さんの「健康マージャン教室」
1月10日(金) 13:30~16:00	澤田看護師の「健康講座」と高橋由香子さんの「うたごえサロン」
1月14日(火) 10:30~13:00	中津海堯子さんの「シニア健康料理教室」
1月14日(火) 15:00~18:00	駄洒落「川柳教室」&「チョイ呑み会」
1月15日(水) 10:00~12:00	高松幸子さんの「押し花アクセサリ教室」(ワークショップ)
1月17日(金) 10:00~12:00	佐野肇さんの「健康マージャン教室」
1月17日(金) 13:30~16:00	麻雀教室「放課後クラブ」
1月20日(月) 13:30~16:00	グループ自主研究「フラダンス教室」
1月21日(火) 10:00~12:00	佐野肇さんの「健康マージャン教室」
1月23日(木) 10:00~15:00	藤澤賢二さんの「ウクレレ教室」(A~D) & 「ギター教室」
1月24日(金) 10:00~12:00	佐野肇さんの「健康マージャン教室」
1月24日(金) 13:30~16:00	紀平香奈子さんの「笑いヨガ」&藤澤賢二さんの「うたごえサロン」
1月27日(月) 13:30~16:00	松井守さんの「絵筆教室」(あすなる会)
1月28日(火) 15:00~18:00	駄洒落「川柳教室」&「チョイ呑み会」
1月31日(金) 10:00~12:00	佐野肇さんの「健康マージャン教室」

*1/14(火)「シニア健康料理教室」のレシピは①ドリア②ほうれん草のソティとポテドエッグ③きのこスープ、3点です。材料準備の都合上ご予約下さい。

第43回「ピンコロ会」(サロン定例飲み会)兼「新年会」開催のお誘い

日時：1月24日(金) 17:30~20:00 場所：矢部1丁目、割烹「あき」 ☎759-1428

会費：女性¥2,000-、男性¥3,000- (飲み放題・唄い放題・ドリンク持込み自由) 要予約

「サロン運営維持協力金」協賛へのお願い!

毎度のお願いで誠に恐縮ではありますが、非営利市民活動のサロン健全運営を維持するために、ご利用の皆様方から「維持協力金」をお願いしております。当サロンは助成金・補助金を頼りとせず自主運営を主眼において活動を続けております。100名を目標としてお声掛けに努めておりますが、現在目標の半分にも満たない状況です。年会費として¥3,000-を維持協力金として運営基金に当てておりますので、何卒よろしくご支援のほど

お願い申し上げます。申込期限は特に定めておらず常時お受け致しておりますが、会計処理の都合上 1 月末までをお願いできれば幸いです。

「シニアふれあいサロン in 西門」

〒252-0231 相模原市中央区相模原 6-19-15

E-mail sukoyaka.plan@jcom.home.ne.jp

☎・FAX 042-810-6172 (緊急連絡先：阿部携帯 080-1051-8375)