



とびうおだより 9月号

♪納涼祭♪

今年も盛大に納涼祭が開催されました。
いつもお世話になっている、雄踏日赤奉仕団
の方々も盛り上げに来て下さり、やぐらを
囲んで雄踏音頭！利用者様もお席で一緒に
踊ってくれました。
感動して涙を流す人も(;_;)
ゲームに露店、クイズ大会に歌謡ショー。
最後には大抽選会!!
今年の夏もうすぐ終わりですね(^.^)



祭

祭

祭

祭

祭

祭

祭

祭

祭

祭



最近の体操では、ほとんどの方が
滑車運動と、ステッパーを
行っています。
ステッパーはとても重たくて、
効果的な足の運動になっています。
滑車は100回、数を
数えながら大きな動きで行い、終わったあとは、
皆様口をそろえて「気持ちがいい」と言われています(^.^
継続していきたいですね!!



お知らせ
10月9日曜日
息神社の祭典の
ため、営業をお休
みさせていただきます